

全世代が健康で  
よりよい暮らしに繋がるように

## 「ピピカツ」スタート

町ではこれまで「運動と食による脳の活性化事業」を展開してきました。この事業では運動習慣の形成と食生活の改善により、人生100年時代を健康に生きていくためのサポートを行ってきました。具体的には子ども向け各種運動教室など、専門家の知見を取り入れながら様々な事業を実施・改善してきました。

こうした取り組みを町民の皆さんにさらに身近に感じてもらう、より多くの方に参加してもらうために愛称とロゴマークを作製。それがこの「ピピカツ」です。



はじめまして！  
運動と食による  
脳の活性化事業改め  
ピピカツ  
です！



平均寿命が高まり、また少子高齢化が進む中において、健康であることはこれまで以上に重要になります。「ピピカツ」では子どもからお年寄りまで、全世代にわたって生涯健康で豊かな人生を送るために必要なづくりをサポートしていきます。

「ピピカツ」では体づくりにおいて最重要となる「運動」と「食」に着目し、事業を展開していきます。このロゴマークはそれを分かりやすく意匠化したものです。今後、関連する事業にはこのロゴマークが掲載されます。

運動や食事の改善、正しい睡眠など、各世代の異なる生活習慣を持つ町民の皆さんが楽しんで健康づくりに取り組める仕組みを作っていきます。それが「ピピカツ」なのです。

Q 「ピピカツ」って結局何なの？  
A 町が実施する体づくり・健康づくり事業の総称です。  
新しく実施される事業もそうですが、これまで行ってきた事業も見直し、「ピピカツ」の事業概念のもと、全体として整合性を図ります。

Q 「ピピカツ」の対象者は？  
A 子どもから高齢の方まで  
比布町に住む全ての方が対象です  
子ども向け運動教室から高齢者向け介護予防事業まで、幅広い事業が「ピピカツ」の一環となります。子どもにおいては将来にわたる運動習慣の形成や、運動による脳の活性化への期待、高齢者においては健康寿命の延伸や、認知症・介護予防などが期待されます。全世代に必要な生活習慣形成の一助として「ピピカツ」を実践していきます。

Q 「ピピカツ」の内容をもっと知りたい！  
A 町内団体の集会に出向き「ピピカツ」をテーマに出前講座を行います  
専門的な知識を持つ地域おこし協力隊や栄養士など、プロジェクトチームのメンバーが各団体からの要望に応じて出向き、「ピピカツ」について説明します。

毎年6月は「食育月間」です。健康のために食事はとても大切。この機会に考えてみませんか？

既に実施している事業や、今後予定されている「ピピカツ」の具体的な取り組みとしては次のとおりです。

- 【具体的な取り組み例】
- ・ 幼児から中学生までの子ども向け運動教室
  - ・ 各種町民スポーツ大会
  - ・ 各種介護予防事業
  - ・ 健康マイレージ事業
  - ・ ビジネントレーニングシステムへの導入
  - ・ 栄養指導事業
  - ・ 学校給食の地元食材使用や調味料の改善(食育)
  - ・ ピピカツブログ開設
  - ・ 地元食材のメニュー開発

「ピピカツ」の取り組みを推進するためにプロジェクトチームを設置。「運動チーム」「食チーム」を設け、地域おこし協力隊や栄養士、各分野の担当者などが連携を図りつつ事業を進めています(下図)。皆さんの生活がより豊かになるように、「ピピカツ」事業にぜひご参加ください。

【問い合わせ】  
役場総務企画課まちづくり推進室地域政策係  
☎05-48002

