

信州メディビトネット活動レポート 2022 年春特別号②をお届けします。

平素より信州メディビトネットの活動に、多くの皆様のご理解とご協力をいただきありがとうございます。



+----- 目次 -----+

《信州メディビトネットが取り組む『未来の子どもたちのための健康づくり』プロジェクト》

(1) 卓上版『信州健康かるた』配布プロジェクト進行中

(2) 協賛企業・医療機関・団体様募集、ご紹介のお願い

(3) プロジェクト広報班、奮闘中！

+-----+

## 【 (1) 『信州健康かるた』配布プロジェクトが進行中です！ 】

『信州健康かるた』の卓上版サイズを1000部印刷して、中信地域の幼保育園や子ども食堂などに無償配布する資金を集めるために、ご協賛のお願いおよびクラウドファンディングに挑戦しています。



◎4月末時点で、目標金額100万円に対して、直接のご寄付やご協賛、クラウドファンディングの合計で、**60万円**に迫るご支援をいただくことができました。

ご支援を賜りました皆さまに、心から御礼を申し上げます。

**【(2) 協賛企業・医療機関・団体様募集、ご紹介のお願い】**

個人様からのご寄付も大変ありがたいのですが、不景気やコロナによる生活の不安を考えると、ご負担も大きいただろうと想像します。

そこで、企業や団体、医療機関様に、ご協賛という形でのご支援を期待しています。

現在のところご縁がありました市民タイムス様やテレビ松本様はじめ数社からご協賛をいただくことができました。

ご協賛企業・団体・医療機関様には、配布する卓上版かるた1000部につけるミニ解説冊子内に団体名をご記載、かるた展やかるた大会の会場で協賛団体として表示、信州メディビトネットのホームページにバナーや団体名を掲載させていただきます(いずれもご希望団体のみ)

信州健康かるたご協賛・ご寄付ホームページ:

<https://main.medibito.net/kenko-karuta/donation>

また、クラウドファンディング限定の返礼といたしまして、健康かるた大会、健康講座、健康年齢ピックなどの開催も用意しております。(各口数の上限あり)

CF 信州様ホームページ: <https://cf-shinshu.jp/project/detail/927>

時代が新しくなり、『SDGs、CSR、CSV』などの企業様による社会貢献、また、社員様とご家族が健康であることが企業の財産であり活力となり、生産性の向上にもつながるという『健康経営』などにご関心をお持ちの企業、団体様も多いのではないかと思います。

信州メディビトネットは、医療者の集まりであり、企業や団体様とのつながりがあるメンバーが少ないため、お知り合いの企業様と私たちをつなげていただければ、プロジェクト遂行の力にさせていただきます！

**5月13日(金)、14日(土)、15日(日)、16日(月)**は、強化期間として、ご面談にお伺いするためにすべての予定をあけております！

信州健康かるた配布プロジェクトにご興味をお持ちいただけましたら、詳細をご説明に伺わせていただきます。ご連絡をお待ちしています。

新しい取り組みは、期待通りに進まないことの方が多いくらいですが、そこも含めて引き続き新しいチャレンジを楽しみながら前向きに取り組んでまいります！

◎信濃毎日新聞社中信地域版 MG プレス様の健康コラム『健康の見つけ方 70 話』

MG プレス様で連載させていただいている健康コラム(4月19日)で、子どもたちの健康づくりがどうしても必要なのか？を、川におぼれた人を救うか、おぼれないように事前にアドバイスするか、たとえ話を交えて書かせていただきました。ぜひご一読ください。(次頁画像)

川で人が溺れています！ きっとあなたは懸命に助けようとするでしょう。そして心に誓います。「次に溺れている人に出会ったら、もっと確実に救助できるようにになりたい」と。そのために泳ぐ練習をする人もいれば、救助法を習ったり、救助用具を準備したりする人もいるでしょう。

しかし、なぜか多くの人々が川に流され、無事に助けられる人もいれば、命を落とす人もいます。ここまで読んでお気づきと思いますが、この話は、病気になる患者さんと医療者の関係を例えています。

もっと多くの人を助け



**健康の見つけ方**

**病気の予防 伝える大切さ**

信州メディピットネット代表・内科医 **小手川 直史**

るために、新しい救助法や機器の研究・開発をする人もいれば、救助仲間を増やすために若手教育に力を入れる人もいます。それでも溺れる人は後を絶たず、残念ながら亡くなった方の家族は悲しみに暮れます。救助隊にも疲労が蓄積してききました。

1人が言いました。「どうしてこんなに溺れる人が多いのか、上流を見に行こう!」。調べてみると落ちやすい場所が分かりました。川に近付いてきた人に直接、危険な箇所と避け方を教えました。これが「病気の予防」に相当します。

溺れた人を助けるのは

本人も救助者も大変な思いをしますが、川に落ちる人が1人でも減ることは良いことばかりです。しかし、危険性をその場ですぐには理解できない人もいますし、常に全ての川べりを見張ることはできません。

また誰かが言いました。「普段から水の危険性や自分自身で上手に川を渡る方法を、できるだけ多くの人に伝えることも大切なのでは?」

前回紹介した「信州健康かるた配布プロジェクト」は、将来子供たちが「病気」という川に溺れないための予防活動です。温かいご支援をお待ちしています。QRコードか、事務局 ☎75・6815 (月、水、金曜午前10時~午後3時) へ。(次回は5月17日掲載予定)



だれでも目の前の問題にばかり気を取られてしまいがちですが、温暖化問題、少子高齢化問題、マイクロプラスチック問題等々、やがて大きな問題が姿を現すだろうことにどこか不安を感じつつ、目には目なくて、今困っていないため、なかなか行動がとれず後回しにされている重要な問題と、健康づくりや予防対策は同じ性質の問題だと考えています。

GW中のゆとりがある際に、ぜひ少し考える時間を持ってみてください。

【(3) プロジェクト広報班、奮闘中！】

プロジェクトをスタートして、第一に”知ってもらうこと”が、とても大変なことだと痛感しています。ひとりでも多くの方へ情報をお届けするために、広報班もがんばっています！

■**信濃毎日新聞 特集企画！**

信濃毎日新聞社様が、私たちの子供向けの健康づくり企画に関心を持ってくださって、3月6日付けの全県版でほぼ1面を使って『信州健康かるた配布プロジェクト』の特集記事が掲載されました（下写真）



その他にも、市民タイムス様、テレビ松本様等の地元マスコミ取材、FM まつもとラジオ出演、FM 長野ラジオ投稿、イクジイや KidsDo などの子育て情報メディアにも掲載、各種 SNS や、医師会、歯科医師会、薬剤師会、放射線技師会、臨床検査技師会、理学療法士会などの会報でも広報をさせていただいています。

民放局等新しい広報ルートをご紹介いただける方は、ぜひご紹介をお願いいたします！

情報過多の現代、世の中に活動自体を知っていただくこと、そして活動の意義を理解していただくことの難しさを改めて感じています。

クラウドファンディングは5月19日までですが、それ以降も**目標額達成までコツコツご支援の輪を広げたいと考えています。**引き続きご支援をよろしくお願いいたします。

皆さまからのご支援・お力添えを、信州の子どもたちに届けさせていただきます。

■「**信州健康かるた展**」各地で開催中！

現在、中信地域の医療機関、商業施設、公共施設、図書館、銀行などで、A4サイズの大判かるたを展示する『信州健康かるた展』を開催中です。



開催日程などの詳細は、信州健康かるたホームページの「⑤巡回かるた展情報」をご参照いただき、GW中にお近くにお寄りの際にはぜひ実物をご覧ください。

信州健康かるた配布プロジェクトホームページ：

<https://main.medibito.net/kenko-karuta/project2022>

かるた展の案内チラシを、小学校を中心に 35,000 枚配布しました(データ添付あり)。

■ **SNS で最新情報発信中！**

フォロー、いいね！がまだの方は、ぜひよろしく申し上げます。シェアも大歓迎です！



Facebook



Twitter



Instagram



LINE

(添付資料)

- ・かるた展チラシ表・裏
- ・ご協賛のご案内

**信州メディビットネット** 小手川 直史

信州メディビットネット事務局

TEL&FAX: 0263-75-6815(月水金 10時~15時)

E-mail: [hello@medibito.net](mailto:hello@medibito.net)

ホームページ: <https://main.medibito.net/kenko-karuta/project2022>