

みらいトピックス



地域の活動が、SDGsにつながっています。

「QOL健診」で健康促進



営農課と共済推進課は1月16日、啓発型の健康診断「QOL健診」を本店で開きました。JA共済の「地域・農業活性化積立金」を活用した地域貢献活動の一環として実施。管内の女性部員ら54人が参加し、問診、血圧、ベジチェック（野菜摂取量）など11項目の測定を行いました。

測定後は健康教養講義を行い、弘前大学大学院の三上達也先生が講師を務め、生活習慣予防への食事方法や日々の運動を心がけてほしいと呼び掛けました。また、参加者に診断結果が渡され、自分の健康度を確認しました。

来年度は、組合員全体を対象にQOL検診を予定しています。

※QOL（クオリティ・オブ・ライフ）とは、「生活の質」のことで、「その人らしく充実した生活を送る」という意味です。QOL健診は、弘前大学が開発した、即日2時間で測定・結果通知・健康教育まで完成させるコンパクト型のプログラムパッケージです。



測定を行う参加者



食事方法などを学ぶ参加者