



奈良県知事

荒井正吾

奈良県は、健康寿命日本一になることを目指しています。健康長寿の秘訣は、「カラダを動かす、カラダに良いものを食べる、社会と良く付き合う」です。それぞれの年齢に合わせて、ご自身の生活習慣を変えることが必要になってきます。奈良県では、医療の内容が良くなってきています。2005年から10年間のがん死亡率*の減少幅は全国一で、全国34位から9位に向上しました。これは、奈良県のがん治療がより高度に、そしてより身近になってきたことが一因と考えており、がん死亡率自体も全国一低くなることを目指しています。

また、健康寿命日本一達成のための次の目標は、高血圧予防です。高血圧は血管にダメージを与え、動脈硬化を招きます。適度な運動により、血流を良くし、血圧を適正に保つことが大切です。奈良県では、いつでもどこでも運動ができる環境づくりを目指しています。身近なところで、こまめにカラダを動かすようにしていただき、健康長寿を達成してください。

*がん死亡率：がん75歳未満年齢調整死亡率

人権コーナー

毎月11日は人権を確かめあう日



ひかりちゃん てんいち先生

平成30(2018)年度 人権啓発ポスター・標語 優秀作品

県民の人権意識の高揚のために募集したポスター・標語の中から選ばれた優秀作品を一部ご紹介します。

※学校名・学年・氏名は発表時のものです。

今月のポスター



宇陀市立榎原小学校 4年
きたもり かりな
北森 香理菜さん



王寺町立王寺南小学校 4年
みうら ねも
三浦 寧萌さん



河合町立河合第三小学校 6年
もり かえで
森 夏楓さん



五條市立五條西中学校 3年
はら きらり
原 希良李さん



大和高田市立片塩中学校 3年
いのうえ まさき
井上 正貴さん



県立平城高校 3年
なかむら さつきさん

今月の標語

ごめんねと 一言かけて 仲なおり

橿原市立欽傍南小学校 3年
ほんだ ゆうゆ
本多 優有さん

やめようよ その一言で 変わるはず

橿原市立光陽中学校 2年
しまだ ひろみ
島田 尋未さん

気づこうよ 黄色のブロック 大切よ

県立香芝高校 1年
まるやま はな
丸山 花奈さん

人権は いつでも どこでも 誰にでも

もり かずお
森 一男さん

クイズ&プレゼント

正解者の中から抽選で

平群町特産のブドウを
5名にプレゼント!

※8月中旬発送予定。
旬の品種をお送りします。(P18で紹介)

締め切りは7月31日(消印有効)

ハガキにクイズの答えとアンケートの回答、住所、氏名、年齢、電話番号、「県民だより奈良」の感想(良かったコーナー・取り上げてほしい話題・改善点など)を記入して、〒630-8501(住所記入不要)奈良県広報広聴課へ。

④www.pref.nara.jp/30222.htmからも7/1以降応募できます。

※個人情報、プレゼントの発送以外には使用いたしません。



○にあてはまる文字を答えてください。

Q 県内市町村で設置が進んでいる年齢・レベルに関係なく気軽にスポーツを楽しめるクラブは?

ヒントは3ページ

A 総合型○○スポーツクラブ

5月号の答えは“2”でした。応募総数416件。

アンケート

各項目から該当するものを1つ選んでください。

1、「県民だより奈良」で紹介したイベントに参加したことがありますか?

①ある ②ない

2、「県民だより奈良」を県公式ホームページや

スマホアプリ「ナラプラス」で見たとありますか?

①ホームページで見た ②アプリで見た ③見たことがない