

Tavoitteena terve ikääntyminen

Olin kuulemassa, kun koko kansan terveysvalistaja, Pohjois-Karjala -projektin isä, kansanedustaja Pekka Puska kertoi elämäntyöstään parantaa sydän- ja verisuonisairauksista kärsivien suomalaisten terveyttä. Hän ei saarnannut. Hän valisti. Puska kertoi, että viimeisen sadan vuoden aikana eliniänodote on Suomessa kaksinkertaistunut. Se on noussut 40 vuodesta 80 vuoteen. Huima juttu!

Sote-uudistuksen yhtenä perusteluna mainitaan ikävänkuuloisesti, että yhteiskunnan yksi suuri ongelma ovat ikääntyvät ihmiset. Totta vie, me emme ole. Meistä jokainen ikääntyy, vieläpä samaan tahtiin. Sote-uudistuksessa yhtenä tavoitteena pitääkin olla terve ikääntyminen. Mitä sillä on väliä, jos ihminen ikääntyy, kunhan vain huolehditaan edellytykset siihen, että voimme ikääntyä terveesti. Olipa kysymys mistä tahansa tarjonnasta, niin terveellisten vaihtoehtojen saatavuus tulee tehdä riittävän helpoksi. Puska nosti esille neljä keskeisimmän terveyteen vaikuttavaa asiaa. Ne ovat ravinto, liikunta, tupakka ja alkoholi. Kahta pitää peukuttaa ylöspäin, ja kahta alaspäin. Itse kyllä lisään noiden kahden ylöspäin peukutettavan asian jatkeeksi vielä yhden. Se on riittävä lepo. Toimitaan, kuten peukutamme, niin voimme ikääntyä terveesti.

Ulvilassa toimii useita aktiivisia urheiluseuroja. Lausun suuret kiitokset jokaiselle seuralle. Työnne on todella arvokasta nuorisokasvatusta. Se on todellista soten vapaaehtoistyötä. Ulvilan Pesä-Veikot on yksi toimivista seuroistamme. Pesäpalloseura UP-V, jonka miesten edustusjoukkue pelaa tällä hetkellä Ykkösespistä, on perustettu vuonna 1957. Seuran 60-vuotisen historian merkeissä kuluva vuosi on tietenkin juhluvuosi. Kotijoukkueemme UP-V voitti jo kertaalleen tänä keväänä miesten Superpesistä pelaavan Kankaanpään Mailan aluemestaruusottelussa. Upea voitto.

Urheilussa katsomo on aina vähintään yhden ylimääräisen pelaajan arvoinen. Ulvilan kaupunki on kauden ensimmäisen kotiottelun isäntä. Otteluna on UP-V – Jyväskylän Lohi. Ottelu pelataan tiistaina 16.5.2017 kello 18. Haastan ja toivon, että juhluvuoden aikana ja kunniaksi mahdollisimman moni meistä ulvilalaisista tulisi pesisareenalle kannustamaan omiamme, vaikkapa teemalla – pidetään kotipesä kunnossa. Tämä iskulause sopii myös meille kuntatoimijoille, kuin nenä päähän. Pääsyliput UP-V:n otteluihin ovat melko edullisia, joten siitä pesispeliin tuleminen ei voine olla kiinni. Samalla tulee tuetuksi muutamalla eurolla seuran upeata toimintaa.



Kaupungin henkilöstön osalta minulta on iloista kerrottavaa. Kerroinkin jo aiemmin, että työyhteisöimme työhyvinvointikyselyn mukaan kaupungin työpaikkojen työilmapiiriä pidetään yleisesti ottaen erittäin hyvänä. Lieko sitten tähän liittyen vai tästä johtuen, sairauspoissaolopäivien määrä on vähentynyt meillä viimeisen kahden vuoden aikana noin 1300 sairauspäivällä. Sairauspäivien määrä ei tosin ole aiemminkaan ollut erityisen korkea. Tuo vähenemä on mahtava määrä työpäiviä – kiitos siitä, että olemme pysyneet terveempinä ja jaksaneet töissämme. Tämä on satanut meidän jokaisen laariin, myös kuntalaisten. Sateesta tulikin mieleen, että aika vähälumista kevättä se on pidellyt.

”Minä en murehdi sitä, mitä minulta puuttuu, vaan iloitsen siitä, mitä minulla on.”

Kaupunginjohtaja Jukka Moilanen