



# 市長からの手紙

## 32 都市と健康

10月10日、11日に大分市で開催された全国都市問題会議に参加し、講演やパネルディスカッションを聴講してきました。今年のテーマは「都市の健康」で、基調講演は諏訪中央病院名誉院長である鎌田<sup>かまた</sup>實<sup>みのる</sup>医師の「『幸せ』で「健康」で「長生き」のまちづくり」というものでした。

また、大分市長と見附市長(新潟県)から、それぞれの市が取り組んでいる事業の発表があり、市民の健康を支え健康寿命を伸ばし、医療費や介護給付費の節減効果があがっていると報告がありました。大分市でラジオ体操を市民に推奨し、地域や事業所で積極的に取り組んでいる様子が紹介されました。

本市も広報紙などで既にお知らせしているように、4月からラジオ体操を市民の皆さんにやっていたかどうかという事業を行っています。ラ

ジオ体操に取り組んでいる自治体は最近増えてきています。この事業を何年か実施し、その効果を検証したうえで、他の自治体と情報・意見交換のためのシンポジウムのようなことをやってみたいと思っています。

その後の講演の中でとても印象的な話がありました。東京、大阪、名古屋の住民を対象に糖尿病の発症率を調査したところ、名古屋、大阪、東京の順に発症率が高いという結果が出ているそうです。これは、都市のどんなことと相関関係があるかということ、住人の移動手段として公共交通に依存する率の高低と逆の関係があるということです。

移動手段として公共交通への依存率が高い地域では、よく歩いているのに対し、マイカーに依存している率が高い地域では、あまり歩かないために糖尿病になりやすいようです。

日常的に歩くことが健康に良いというのは、一般的にいわれています。日常的にどれだけ多く歩くかは個人の生活習慣によりますが、その生活習慣が、公共交通網が発達しているかどうかという都市の在り方によっても、影響されるということです。行政も、このような面からも市民の健康を考える必要があると思いました。

川越市長 川合善明

## 小江戸川越めぐり90観光コース 7

観光課 224・5940

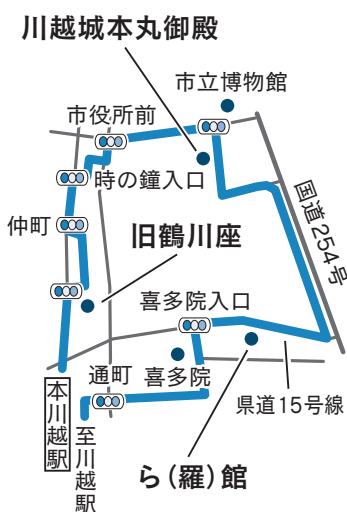
今回紹介するのは、映画やドラマのロケ地をめぐる「川越ロケ地めぐりコース」です。

最初に向かうのは、小仙波町にある地域自主防犯ステーション(ら(羅)館)です。県道15号線沿いにある旧久保町交番を再活用した施設で、ドラマ「相棒」で、交番として登場しました。次に訪れる川越城本丸御殿は、ドラマ「仁」のロケ地となりました。現存する川越城本丸御殿は、嘉永元年(1848)に、時の城主松平齊典によって建てられたものです。ドラマの中では、実際に川越城の設定で使用されました。

コース後半にある旧鶴川座は、明治後期に芝居小屋として建てられた築100年以上の木造建築物です。現在は閉館中ですが、外観は昭和の映画館風のレトロな造りで、仮面ライダーシリーズのロケ地として使用されました。

このように川越での撮影は、一番街の通りだけではなく、さまざまな場所で行われています。ロケ地を巡ってドラマの名場面を思い起こしてみても楽しいですね。また、川越のまちを歩いていると、思いがけずロケの場面に出くわすかもしれません。

### 川越ロケ地めぐりコース



90コースは市ホームページで確認できます。ご利用ください。



## みんなで支えよう 大切な人

高齢者いきがい課 ☎224-5809

トキノ家の認知症介護奮闘記その8

認知症疾患医療センターで検査を受けたヤスヨさんは、アルツハイマー病による認知症と診断されました。この病気は、ほとんどの場合、軽いもの忘れから始まり、徐々に進行していきま

す。経過は人により異なり、生活環境や周囲の人の関わり方・介護方法などが進行に大きく影響します。

のスズキさんは、「認知症家族介護教室」への参加を勧めました。この教室は、在宅で介護する人が、認知症の症状や本人への接し方を学んだり、参加者同士で情報交換をしたりするものです。これからのヤスヨさんの介護について参考になると聞き、ヒロシさんは参加することになりました。



「認知症の家族を介護しているのは、自分だけじゃない」と少しほっとした気持ちになりました。

## 家庭教育のススメ

いきいき子育て 親育ち ⑧

地域教育支援課

☎224-6086

子どもたちは、学校でさまざまなことを学びます。そこ

今回は、家庭学習について考えていきます。

### 家庭での学習のポイント

○学習計画表を作りましょう。目標を持つたり、学習時間を決めたりすることで、集中して学習できるようにします

○復習はその日のうちにしましょう。学校で学んだことは家庭で復習することで、忘れにくくな

ります

○予習をしましょう。予習をすると、授業が楽しくなります。次に習うところの教科書を読むだけでも効果があります。

### 学習環境のポイント

○国語辞典や図鑑などを身近に置いて、調べたいことをすぐに調べられる環境にしましょう

○日本地図や世界地図を家族が見える場所に貼りましょう

○ニュース番組や新聞記事などを見て、親子で話しましょう

○学習するとき、机の上が整理整頓されていると、学習がスムーズに進みます。机の上は、いつもきれいにしておきましょう

学習習慣を身に付けることは、子どもの学力を向上させるだけでなく、生活リズムも整えます。学習習慣を身に付けることによって、理解力が深まり、勉強も楽しくなってきました。今日から家庭学習に取り組んでみましょう。



## ごみ処理とびっくす 収集時間のずれにご注意!

資源循環推進課 ☎239-6267

今日は紙類の収集日。朝9時頃集積所を見たら「新聞紙」がまだ置いてあったので、忘れていた「段ボール」を出した。ところが夕方になって集積所を見てみると、後から出した「段ボール」だけが残っていた……



こんな経験、ありませんか? 実はこの集積所では、「段ボール」の収集は8時過ぎに完了していたの

です。市では、「新聞紙・段ボール・紙パック・雑がみ」を収集する「紙類」の日は品目ごとに異なる車両で収集しています。「びん・かん」・「ペットボトル」の日も同じです。このため、品目により収集時間がずれる場合があります。資源として皆さんが分別したものを混ぜるわけにはいかないため、後から来た車両が他の品目を収集することはできません。収集時間は交通事情等によっても前後する場合がありますので、集積所には必ず収集日の朝8時までに出すよう、ご協力をお願いします。