

## 長年の地域活動を称えて 自治会長・町内会長に感謝状を贈呈

11月11日、市民プラザで「令和3年度 中央区自治会長・町内会長感謝の集い」を開催しました。

より良い地域社会を作るための先導役として尽力してきた、勤続10年と20年の自治会長・町内会長の皆さんに、日根区長が感謝状と記念品を贈り、日頃の活動に対してお礼の言葉を述べました。

井筒昇(湊町通二ノ町町内会)さんは、穏やかな表情で「言葉で20年と表すと長く続けてきたように感じますが、自分ではあっという間に時が過ぎていました。加入者から、町内の人の顔を知り過ぎしやすい地域にしたいという声があがり、これまで納涼会や新年会を続けてきました。周囲の協力で活動ができています」と話しました。



### 自治会長・町内会長永年勤続被表彰者(敬称略・50音順)

- 【20年】**井筒昇(湊町通二ノ町町内会)、利根川雄二(西湊町2ノ町団地自治会)  
**【10年】**里村和彦(西堀九自治会)、重長幹夫(南近江自治会)、清水大三郎(礎町二・下大川前二町内会)、関本竜一(沼垂上二ノ丁町内会)、曾山正明(本町通九番町自治会)、田辺龍治(本町十三自治会)、土屋誉士男(月町自治会)、長谷川紘(入船町三丁目町内会)、若槻寛三(東湊町三ノ町町内会)

## もっと身近に「男女共同参画」シリーズ③ 一人ひとりが暮らしやすい社会をつくるために

今回は、中央区男女共同参画地域推進員の半田弘幸さんが、身近な男女共同参画について紹介します。



### コラム 「今振り返ってみれば…」

今から28年前、結婚したばかりの頃の出来事です。夫婦で分担して食後の片付けをしていた時、近所に住む義理の母が来て妻にあきれ顔でひと言。「女のあなたがやらないで外で働いて疲れている弘幸さんに何させているの!」妻も働いていましたが…。

また、こんな出来事も。翌年に妻が第一子を妊娠し、「母親学級」に初めて2人で参加した時、お父さんの参加は私だけ。その後の回も2人で参加したところ、初回では私だけだった教室も、回を重ねるごとにお父さんの参加が増えてきました。最後の回を終えた頃、一緒に参加していたお母さんが近づいてきて、「半田さんのおかげで夫と一緒に参加することができました!」とにっこり。今では母親学級は安産教室という名前になっているようです。

その後、子どもが生まれ、保育園に入園し、その園初のお父さん保護者会長にもなりました。

振り返ってみれば、私の日常の中に男女共同参画はありました。

☎地域課(☎223-7023)

本誌の掲載情報は12月13日時点のものです。

## 栄養に気をつけて フレイルを予防!

高齢になるにつれて心身の活力(筋力、認知機能、社会とのつながり)が低下した状態を「フレイル」といいます。多くの人が健康な状態からフレイルの段階を経て、要介護状態になると考えられます。

☎健康福祉課健康増進係(☎223-7246)

### プチ特集 フレイルを予防するために 第3回 「フレイル」と「低栄養予防」

食事が減り、低栄養となると、筋力の衰えを招き、転倒・骨折の危険性が高まります。「気付いたら瘦せていた」ということも珍しくありません。日頃からしっかり食べて、体を動かすことを習慣にしましょう。

### たんぱく質の食品を意識的にとろう!



筋肉のもとになるたんぱく質を多く含む食品

## フレイルチェック教室

時間 午後1時30分～3時30分

※受け付けは1時から

期日	会場	定員(先着)
1/21(金)	北部総合コミュニティセンター	15人
1/26(水)	東地域保健福祉センター	15人

☎握力・筋力量などの計測、日常生活の見直し

☑65歳以上の人

☎飲み物 ※北部総合コミュニティセンターは内履き必要

☎12月21日(火)から各実施日の2日前までに電話で

かえつメディカルフィットネス ウォーム

(☎0250-21-2566)へ ※市外局番が必要

申込受付時間 平日午前9時30分～午後5時



## 連載 とやの物語 × SDGs ③

### 活動紹介 ごみの分布と対策を考えよう

「鳥屋野瀧の周辺にごみが捨てられるのはなぜだろう」そんな疑問を抱いた中高生が、瀧に捨てられるごみの分析と、ごみのポイ捨てを防ぐ施策を考えました。

高志中等教育学校のSDGs推進委員会が企画し、山瀧中学校も参加。学校連携で行われた活動です。11月3日の清掃活動では、瀧周辺のごみを拾いながら、ごみの種類と落ちていた場所を記録していきました。

学校に戻り分析を始めると、コンビニの近くには食品の袋やペットボトル、住宅街には日用品が多く捨てられていることが分かってきました。生徒たちは「草の茂みに隠すように捨てられているから、草を刈ってみては?」「きれいな花を植えたらごみを捨てづらくなるよね」などと、次々に改善策を出していきました。

参加した山瀧中の大野百花さんは、「瀧の状況を実際に見て、捨てられているごみの多さを痛感しました。まずは今日感じたことを友達に伝えるなど、自分にできることから始めたいです」と話していました。



### この活動と関連するSDGsの目標

- 11 住み続けられるまちづくりを
- 12 つくる責任 つかう責任
- 14 海の豊かさを守ろう
- 15 陸の豊かさを守ろう
- 17 パートナーシップで目標を達成しよう

### 開催中 とやの物語2021パネル展

鳥屋野瀧の歴史や環境などを、懐かしい写真を交えながら紹介しています。

☎12月24日(金)午後3時まで ☎市役所本館

☎同実行委員会事務局(窓口サービス課内、☎223-7168)

## 鍵を掛けて 声を掛けて

年末年始には外出時はもちろん、家にいるときでも鍵を掛ける自主的な防犯対策が大切です。地域で声を掛け合い、不審な人を見かけたら110番しましょう。

☎総務課(☎223-7064)



### ■確認しよう!防犯対策

1. 鍵掛けの徹底を
2. 防犯性能の高い錠やドアへの交換を
3. 鍵は複数個、窓にも補助錠を
4. 愛車にはドアロックを
5. 地域の連帯の強化を

## 冬の交通事故を防ごう!

### ■横断歩行者の保護

横断歩道は歩行者が最優先です。ドライバーは、早めにライトを点灯して、横断者がいる場合は一時停止を徹底しましょう。歩行者は、夜光反射材を身につけましょう。



### ■飲酒運転の根絶

年末年始は、お酒を飲む機会が多い時期です。わずかな量でも、お酒を飲んだあとに車を運転してはいけません。自分自身はもちろん、周りの人が飲酒運転をしないよう、お互いに呼びかけあいましょう。「飲酒運転はしない、させない、ゆるさない」を合言葉に飲酒運転をなくしましょう。

☎総務課(☎223-7064)

## 令和3年度 第7回自治協議会の概要

11月26日に第7回自治協議会を開催しました。会議の概要や資料は、市役所本館1階市政情報室で閲覧できるほか、区ホームページに掲載します。

### ■主な議題

- ①令和4年度中央区特色ある区づくり予算(区役所企画事業)について意見集約
- ②除雪体制等の見直しについて報告
- ③公共施設再編案の作成手順について報告

### ■第8回の開催案内

☎12月24日(金)午後3時から

☎中央区役所(NEXT21)5階対策室

傍聴者の定員 先着10人

※議題は、市役所本館や中央区役所・東出張所・南出張所に掲示するほか、区ホームページに掲載します。

☎地域課(☎223-7023)



…………… <広告欄> ……………