

シンボルマーク

# 今朝も「おはよう」の声

## 子ども達のおかげで今日もいい一日に



金沢市町会連合会

副会長 **山本 建夫**

毎日、学童の登校時に国道の脇に立つて学童の安全登下校を願いながら子供たちの元気に励まされ、そして子供たちのパワーを貰いながら朝の挨拶とハイタッチによる一日が始まります。

徒歩で登校する子供達が横断歩道で車の流れの途切れるのを待って居ると横断歩道のはるか手前からスピードを緩めながら止まってくれるドライバーも居れば、子供たちやサポーター隊の方々のジャンパーや横断用の小旗が確認されているのにもかかわらず、車の速度を緩めることなく子供たちの目の前を猛スピードで走りゆく車があります。

子ども達の目には、あるいは心の中はどの様に感じているのかなと考えると考えさせられます。

朝の急ぐ通勤時にわざわざ子供たちの安全を願いながら車を停止してください。たドライバーは今日の一日が清々しい時間を過ごせるのかな？

急ぐあまりに横断者を無視して通過されたドライバーの無事故を祈るばかりで、予定の到着時刻に間に合ったのかな？

出来ればもう少し余裕を持って家を出ることが出来ないのかな？

側道歩道を子供たちと一緒に歩いてみると、車のスピードを緩めてわざわざウインドウガラスを下げながら「おはよう」と声掛けしてくれるドライバーの優しさ気持ちよさ。今日もお互いいい日で在りますように。車のすぎるのを見

送る。

速度も緩めることなく融け掛けの雪粒を撥ね付けながら立ち去る車、どんな人が運転してたのだろうか？

子供たちは飛ばされた雪粒に濡れながら、誰にこの怒りをぶつけたいのか胸の中を思うと今後思いやられる。

少し速度を緩めてくれれば、子供たちにも運転手さんの思いやりの心が響くのではなからうか。この子たちも将来車の運転する時期が来たらどちらの選択をするのかよびり不安がよぎる。

集団登校のスクールバスが到着した。リーダーの指揮の下、低学年から順番に運転手さんに一人ひとり「有難うございました」のお礼を言いながら縦列に並んで校舎に向かう。子供達一人ひとりとサポーター隊や教職員の方々と元気な挨拶とハイタッチが続く。

サポーター隊の方からも一人一人に「風邪ひかないで」とか「元気ないぞ」「滑るなよ、気を付けて」等々いろいろな声掛けをしながら生徒との心のつながりを深めていきます。

今日も、子供たちは地域の宝との願いを込めて校舎に入るのを見送っています。少しでも子供たちの喜べる地域づくりを心掛け思いやりで埋め尽くす社会をめざし、出来ることから始めませんか？

今朝も「おはよう」の声が山間のグラウンドにひびきわたる。子ども達のおかげで今日もいい一日になりそうだ。

# 金沢ライフニュース!!

24-2

硬質プラスチック・皮製品・ゴム製品は  
燃やすごみです!



ほかに、

- CD・DVD・ビデオテープ (ケースも含む)
- プラスチック製の文房具・食器
- 洗濯ばさみ
- 風呂で使うイス

などが埋立ごみによく間違えて出されています。燃やすごみとして出してください!

上の写真に載っているものは、すべて燃やすごみとして出してください。

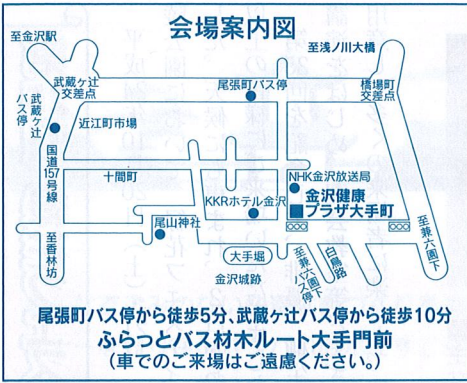
昨年の4月から、硬質プラスチック(※)、皮製品、ゴム製品は燃やすごみに変更になりました。ステーションに出す際は、埋立ごみとして出さないよう、くれぐれもご注意ください。

※ここでは容器包装以外のプラスチックを言います。

詳しくは「家庭ごみ分け方・出し方」パンフレットをご覧ください。なお、平成25年度版のパンフレットは3月上旬から、市内の全世帯に配布します。

【お問い合わせ先】

金沢市リサイクル推進課  
TEL 220-2302  
FAX 260-7193



# まもろう健康・つくろう体力 第34回健康づくりフェア

あなたもお気軽に参加を  
テーマ「タバコと健康」

開催場所 金沢健康プラザ大手町(大手町3-23)  
主催 金沢・健康を守る市民の会  
4月13日(土) 14日(日) 午前10時〜午後4時

入場無料  
粗品進呈

## 健康プラザ 玄関前の広場

◇おたのしみひろば  
手作りジャムの試食

◇お楽しみ券 交換ひろば  
わた菓子、フランクフルト、ポップコーン、アルファ米と交換できます。

◇お楽しみ券のマークの付いた場所でお渡ししています。

※数に限りがありますのでなくなり次第終了します。

## 西館1階

◇お花の苗プレゼント(1日300鉢)  
お花の苗プレゼント券と交換します

◇マークの付いた場所券をお渡ししています。

## 健康プラザ 東館

### 4階 健康体験コーナー

健康講演〜講話と運動実技〜

◇13日(講演) 10時30分〜11時20分  
「タバコは吸わない、勧めない」

講師 石川県立中央病院 呼吸器内科  
診療部長 西 耕一 医師

### ◇(気功) 13時30分〜15時

お楽しみ券

◇14日(講話) 10時10分〜11時  
テーマ 「健康寿命を延ばそう」

講師 金沢市福祉健康センター 保健師

◇「ミニ講話&いいね金沢健康体操」  
11時10分〜11時50分

お楽しみ券

## 3階 測定コーナー

- ◇超音波による骨密度測定
- ◇肺年齢測定体験
- ◇乳がん触診モデルでしこり体験
- ◇最新放射線診療における画像紹介
- ◇足の形態測定・バランス能力測定
- ◇運動指導・リハビリ相談
- ◇物忘れチェック
- ◇健康イキイキ度チェック

## 1階 セルフ健康チェック

- ◇ストレス測定器、骨年齢計、脳力トレーナー、活力年齢計、自動血圧計
- ◇筋力トレーニングマシン体験
- ◇金沢城公園ウォーキング&貯筋のすすめ (小雨決行)
- ◇13日11時45分〜13時  
11時20分まで1階で受付
- ◇筋トレ・ミニ講話のあとウォーキング
- ◇運動のしやすい服装・靴で参加下さい。水分は必ずご持参下さい。
- ◇ソフトエアロビクス 13日13時30分〜15時  
14日10時〜11時30分
- ◇太極拳 14日13時30分〜15時
- ◇ヨガ 14日13時30分〜15時
- ◇高齢者疑似体験コーナー  
体験して知ろう！高齢者への思いやり

お楽しみ券

## 健康プラザ 西館

### 4階 健康ひろば

- ◇くすりの相談 11時〜13時  
13時30分〜15時30分
- ◇助産師による中高年の相談
- ◇体脂肪率の測定
- ◇はだして測定します。
- ◇国保クイズ
- ◇肺年齢測定体験・スモーカーライザー体験
- ◇「もったいないふるしき」  
包み結び体験教室・金沢流ふるしき
- ◇お肌の健康 一肌チェック (透明度測定) 1日80名
- ◇歯ぐき年齢チェック
- ◇かむかむコーナー
- ◇パネルを活用した健康クイズ
- ◇健康食品等の展示コーナー

お楽しみ券

## 4階 栄養コーナー

- ◇試食とミニ講話  
13・14日 11時30分〜13時30分
- ◇あなたに必要なエネルギーと内臓脂肪量をチェックしましょう
- ◇食事診断と食生活アドバイス
- ◇展示・体験(要注意！体がほしがらる3兄弟)
- ◇あなたの味覚をチェックしましょう

## 3階 健康相談コーナー

- ◇健康一般(内科) 11時〜13時  
13時30分〜15時30分
- ◇歯科
- ◇ブラッシング指導

- ◇整形外科 13時30分〜15時30分
- ◇眼科 13日13時30分〜15時30分  
14日13時30分〜15時30分
- ◇耳鼻科
- ◇血液検査 (1日240名)
- ◇パネル展示「健康診査・女性の健康づくり」  
随時血糖の測定をおこないます。

## 2階 運動楽しくいきいき 体力測定コーナー

- ◇コンピュータ体力診断  
握力、長座体前屈、肺活量など10項目

## 2階 在宅福祉・介護コーナー

- ◇生きがいづくり相談
- ◇認知症サポーター養成・訪問看護ビデオ放映
- ◇介護保険相談
- ◇在宅介護相談
- ◇酸素飽和度測定(血液中の酸素濃度)
- ◇介護用品・福祉用具展示
- ◇血圧測定

## 1階

- ◇鍼灸・マッサージ体験  
13日 13時30分〜15時30分  
14日 10時〜15時30分
- ◇尿検査 糖、蛋白、潜血10時30分〜
- ◇ペット相談、ペットフードコーナー (犬・猫)
- ◇アンケート記入所

## 高齢者健康づくり体力増進教室

- ◇内容 体力測定、講話、運動実技など
- ◇日時 平成25年5月30日〜平成26年3月20日の木曜日(全40回)  
概ね午前10時〜11時半

- ◇場所 金沢健康プラザ大手町
- ◇対象者 65歳以上の金沢市民40人程(多数の場合は抽選)
- ◇申込み 4月16日〜5月2日まで(直接窓口にて受付)
- ◆問合せ 金沢・健康を守る市民の会 電話222-0103



シンボルマーク

## 第25回 緑花フェスティバル

平成24年10月20日(土)・21日(日)に大乗寺丘陵公園において、緑花フェスティバルを開催しました。天候にも恵まれ、2日間あわせて約8千人以上の皆様にご来場いただきました。

第25回を記念して、俳優 柳生博氏による特別講演をはじめ、園芸教室等さまざまな催し物をご用意し、多くの来場者に楽しんでいただきました。

<柳生 博氏 特別講演>



### ■主な催し物

- ・各種園芸教室
- ・かんたん庭仕事
- ・球根つかみ取り
- ・花鉢オークション
- ・〇×クイズ
- ・スタンプリリー
- ・ミニ電車体験乗車
- ・ケータリングカー
- ・キッズコーナー



平成25年の緑花フェスティバルも10月に開催する予定です。ぜひご来場ください。

## 平成24年度表彰

上記の「第25回緑花フェスティバル2012」の会場において、次の表彰式が行われました。

### 【金沢市】

#### ■金沢市優良公園愛護団体表彰

- ・西念新町会
- ・瓢箪老人憩いの家
- ・本江第二町会
- ・金石通町町会
- ・車町町会

#### 【緑を育て金沢を美しくする会】

#### ■花いっぱい大賞表彰(団体)

#### 【大賞】

- ・長坂台町会
- ・昌永町第一町会
- ・戸板公民館

#### 【優秀賞】

#### ■緑化・美化功労者表彰(個人)

- ・前田輝代治
- ・石田 鉄雄
- ・瀬川 愛子
- ・高辻美穂子
- ・上坂 重蔵
- ・吉田 耕明
- ・山田 侃

受賞された皆さまには、今後とも地域の模範となつて活動されますようご期待いたします。

### 平成25年度 緑の相談広場 講座内容(予定)

回	月 日	テーマ
1	4月20日	春の香り・沈丁花(ジンチョウゲ) 大乗寺丘陵公園つつじ園のみどころ
2	5月18日	日本の心「盆栽」の魅力 ~和みと癒やしの空間づくり~ 初夏の病害虫対策
3	6月15日	花菖蒲・アジサイ ~卯辰山花菖蒲園~ ベリー類栽培にチャレンジ!
4	7月20日	ダリアの魅力 夏を彩るアオイ科の花 ~ムクゲ・フヨウ・ハイビスカスほか~
5	9月21日	つるバラを育てよう 万葉の花・秋の花 ~万葉集で詠まれた秋の植物の話~
6	10月19日	秋植え球根の植え付け 秋を楽しむ紅葉とどんぐりの実
7	11月16日	洋ランの冬越し 金沢市の保存樹・保存樹林 ~知られざるまちのパワースポット~
8	3月15日	金沢の桜名所 花壇の土づくりと再利用
主 催	緑を育て金沢を美しくする会、(財)金沢まちづくり財団	
協 力	金沢市、緑と花の活動員	
問い合わせ	金沢市緑と花の課 ☎220-2358、(財)金沢まちづくり財団 ☎220-2581	

・受付は13:00~、講座開始は13:30~ ・講座会場についてはお問い合わせください。  
・都合により、内容を変更することがありますので、ご了承ください。

## 緑の相談広場

昭和58年から始まった「緑の相談広場」は、今年で31年目を迎えます。

内容も盛りだくさんで、季節に応じた花や木の育て方を学ぶことができます。素敵な花鉢が当たるクイズもありますので、この機会を利用して、楽しみながら花や木に対する知識を深め、緑あふれるまちづくりを推進しましょう。

※申込み不要、どなたでも無料で

参加できます。

ご来場を心よりお待ちしております。