



気軽にまじめに

市長の オフサイト訪問

VOL.25

「すみれ3B体操」



ボール、ベル、ヘルターという3つ(3B)の用具を運動の助けとして使用しながら、集団で楽しく行う3B体操。爽やかに健康増進に取り組む「すみれ3B体操」をコミュニティふれあいセンターに訪ねました。

代表 私たちは、用具を使いながらリズムに合わせたストレッチ体操を行うことで、脳と普段は使っていない筋肉を使いながら体力をつけていきます。活動を継続して健康増進に努め、長生きしたいというのが私たちの願いです。

市長 皆さん、ユニフォームまでそろえているんですね。時々は食事会も行いながら交流を深めているということで、大変すばらしく有意義なことだと思います。健康は、自分自身の力で守らなくてはなりません。皆さんのように積極的にサークル活動を行っていただくことは、医療費の削減にもつながりますので、大変ありがたいことです。これからもいろいろな活動に参加していただき、楽しみやよろこびを発見していただければ幸いです。

ここで一つ、新しい施設の話をお聞かせください。川里地域に5月26日にオープンした「花と音楽の館かわさと」、別名「花久の里」です。今は夏で花が少ないですが、秋本番には憩いの場所になると思います。集会所や、離れに茶室もありますので、楽しんでいただければと思います。うどんの提供は土・日曜日のみですが、団体で申し込みいただければ、平日でも提供できるそうです。鴻巣駅からフラワー号で行けますので、ぜひ利用してみたいと思います。

会長 私は車に乗れないので、市街地に行くときはバスを利用しています。西側地域にもバスが通るといふことで、とても嬉しく思っています。

市長 ありがとうございます。合併補助

金を活用してバスを購入し、ようやく来年1月から試験運行の運びとなりました。これで、西側地域の皆さんのご要望がひとつ実現します。およそ300m間隔でバス停ができますので、「ご利用ください。会員 税金を安くしてもらいたいですね。鴻巣には大きな企業がないので高いのでしょうか。」

市長 住民税は所得に応じて税額が決まっています。国が法律で決めていますので、鴻巣市が特に高いとか安いとかいうことはありません。ただ、都市計画税や固定資産税などは、市に多少の裁量権が認められています。都市計画税については、県内で平均より低い税率となっております。

会長 企業がいっぱいあるところの方が良いと聞きますが。

市長 確かに企業が多ければそれだけ税金も入りますが、それによって個人の税金が影響されるといふことはありません。ただ、国民健康保険税は市町村によって若干課税の方式が違います。

会長 私たちは年金生活者です。だから年金が減って、税金や介護保険料が上がって大変です。

市長 いま介護保険料のことが出ましたが、県内40市の中で、鴻巣市は安い方から2番目の39位です。そういうところで努力をしています。

会長 暑い時期も涼しい施設で活動をやらせていただき、ありがたく思っています。10月からは有料になります。施設を利用していない方の中には、「使っている者からお金を取れ」と思う方もありますよね。言われてみればその通りだと思います。これからは「私たちもお金を払って利用している」と言えます。

市長 そう言っていただけるとありがたいです。電気料や冷暖房費といった最低限のものは、申し訳ないですがお願いし

たいと思います。

会長 こういふ感じで会を11年やっていきます。皆さん健康になられて、ストレス発散にもなります。

市長 膝とか腰はどうですか。

会長 四十肩だと悩んでいた方もいましたが、「いつの間にか動くようになった」と言っています。無理せず3B体操をやっているうちに良くなったようです。

市長 私は公民館やコミュニティセンターにいるいろいろなサークルの皆さんとお会いしますが、女性が多いですね。団塊の世代の退職者の皆さんがこれから増えてきますので、男性にももう少し参加してもらいたいものです。

会長 3B体操は、全国大会に行っても男性がいません。男性の会もあると活動できると思うのですが、自分から積極的に出てこないですね。日曜日にやるのか、いろいろ考えていけばいいかなと思います。

市長 皆さんに来ていただけるような良い企画を、市としても考えていきたいと思っています。

