

気軽にまじめに

市長の オフサイト訪問

VOL.95

ソフトエアロピクス コリンズ



ソフトエアロピクスは、初心者でも楽しくできる基本動作を中心に、音楽にあわせて全身を使う有酸素運動です。ストレッチ解消や体脂肪の燃焼に効果があり、心も体も健康になることができます。

11月19日「ソフトエアロピクス コリンズ」の皆さんを、あたご公民館に訪ねました。

代表 私たちのサークルは、2人の先生の指導によりソフトエアロピクスを行い、20年以上活動しています。

前半は椅子に座ってゆっくりと体を温め、後半は全身を使って体操を行います。音楽にあわせて楽しく運動することで、有意義な時間を過ごすことができます。今後も、皆で楽しく活動していきたいと思っています。

市長 本日は、ありがとうございます。さて、11月14日、鴻巣御殿御参行列を実施しました。鴻巣御殿は徳川家康から家光まで3代にわたり、鷹狩の際の休憩施設として使われたものです。本市の歴史を知ってもらおう良い機会となりました。今後も、本市の歴史や文化、伝統を受け継ぎながら、より良いまちづくりを推進していきます。

また、防災について普段から意識を持ってもらうため、11月22日に総合防災訓練を実施します。なお、本市には女性消防団員が16人おり、10月に開催された「第22回全国女性消防操法大会」において埼玉県代表として出場し、第4位に輝きました。皆さんにおかれましても、地域の防災にお力添えをいただければ幸いです。

合併10周年の節目の年を迎え「健康づくり都市」を宣言しました。自分の健康は自分で守ることが基本ですが、市とし

ても、ラジオ体操の普及や食育の推進、受動喫煙防止の推進等を図っていきます。皆さんも引き続き運動を継続し、健康を維持してください。

会員 校庭の芝生化は、今後すべての学校で行われるのですか。子どもが野球をする場所がなくなってしまうのではないかと心配です。

市長 これまで市内5校で芝生化を実施しました。芝生化により怪我が少なくなることや運動能力の向上などのメリットがありますので、積極的に進めていきたいと思いますが、野球やソフトボールなど子どもたちが利用している状況も考慮しながら、芝生化を進めることが重要だと考えています。

会員 公民館の予約方法について、利用日の2か月前に申請することになっていますが、年間予約の手続きは難しいですか。

市長 生涯学習施設を多くの皆さんに活用してほしいことが市の願いでもあります。現在の予約方法を変更することはなかなか難しいことですが、今後の検討課題とさせていただきます。

会員 防犯灯について、設置の間隔を狭くすることはできないでしょうか。

市長 現在、市内には約1万本の防犯灯があります。これは、市の設置基準により約60m間隔で設置しているものです。地域によっては農作物への影響があるなど、設置にあたってはさまざまな観点を考慮しなければなりません。予算の範囲内ではありますが、地域の安全を守るため、適正かつ効果的に防犯灯を設置できるよう努めていきますので、現在の設置基準についてご理解ください。

会員 健康寿命が伸びてほしいと思いますが、日頃から外出せず、運動やサークル活動等を行わない高齢者も多くいると

思います。市としては、そういう方の健康を維持するためにも、どのような支援を考えていますか。ポイント制による健康促進事業などで意欲を向上させることもいいと思います。

市長 スポーツ推進委員や民生委員の皆さんのご協力を引き続きいただきながら、高齢者の地域参加を今後も促していきたいです。

なお、本市では「健康ウォーキングポイント事業」を実施し、ポイント制を取り入れたウォーキングによる健康増進を図っています。今年度の受け付けは終了しましたが、実施している皆さんには無理のない範囲で継続していただきたいと思います。

