

■ 市長から市民のみなさんへ

山陽小野田市長
白井 邦文



■ 健康寿命

人の健康は、いろいろな角度から分類・評価できますが、山口県では、日常生活において何とか自立していると評価できる寿命を「健康寿命」と称しています。毎年1回、県下各市の健康寿命が県の健康増進課から公表されますが、このたび平成26年度の報告が届きました。それによると、男性は光市、山口市に次いで3位(79.80歳)でしたが、女性は1位(84.51歳)。女性は平成23年度にも1位(83.85歳)でした。

「健康寿命を伸ばすには、何が大切ですか。」本市の担当課に聞いてみました。

「日々の小さな健康づくりの積み重ねですね。」

「もう少し具体的には?」

「例えば公民館や保健センター等での健康体操を続けるとか、日々の食生活の片寄りにも気を付けること。そして何よりも、いろんな検診を受ける意欲を持つことがとても大切です。検診は“早期発見・早期治療”の鍵を握っていますからね。」

みなさん、体操や食事も大切ですが、検診は案内が来たら、ぜひ受けましょうね。そして、あなたのためにも、家族のためにも、ひいては本市のためにも、健康寿命がさらに向上するよう、ご協力をお願いします。

■ ふるさとウォーク

年1回、「語り部の会」等の協力を得て、本市の全域を対象に、「ふるさとウォーク」を続けています。合併後、お互いのまちをもっとよく知りたい。これがそもそもの動機でしたが、いざ

始めて見ると、「近くに住んでいながら、こんなに素敵なおところがあったのね。」文字どおり、ふるさとの魅力再発見を兼ねる行事になりました。

毎回、参加者は20人から50人程度。「語り部の会」等の案内役の人材が豊富なのに加えて、昨年のウォークには、この4月に公立化した山口東京理科大学の学生もボランティア(お手伝い役)として参加してくれたそうです。観光課のほか、観光協会や社会教育課、それに学生も加え、次回の企画にも力を入れたいと話しています。最近では市の広報紙でのお知らせのほか、新聞広告を出すなど、市民へのお知らせにも努めているとか。通例、距離にして2,3km、所要時間は2時間程度、弁当の準備は不要という気軽な「ふるさとウォーク」ですが、参加してよかったと喜んでいただける企画ばかりだそうです。ぜひ、みなさんも参加され、合併して大きくなったふるさとの魅力を再発見してみてくださいませんか。

■ 最後にひとこと

先日、意外な質問を受けました。

「公立大学(山口東京理科大学)から、理事長の報酬は受けているの?」

外部の人には、ごく自然な疑問なのでしょうね。市長は、県の審議会委員やいくつかの理事長・会長職を兼ねていますが、それらの諸手当は全くありません。県も数年前までは手当が出ていましたが、最近ではゼロになりました。公立大学も専務であれば支給されますが、兼務の場合はゼロです。