

# 市内にどんどん広まる「歩キング」の輪 「健康企業」歩キング「やっています！」

市では、誰もが「歩いて暮らす」ことを基本とした健康づくりに取り組み、健康で暮らせる社会をつくるため、「豊岡市歩いて暮らすまちづくり条例」を施行し、市民や団体などと市が連携して健康まちづくりを進めています。

《問合せ》健康増進課 ☎21-9095



▲各企業で実施された玄さん筋トレや健康講話など

## これからは健康経営

従業員の健康づくりを経営課題に捉え、医療費を適正に保ち、労働生産性を向上させ、企業価値の向上につなげようとする「健康経営」への取り組みが広がっています。

市と協会けんぽ(全国健康保険協会兵庫支部)が協力して健康課題を抽出し「健康メニュー」を提供。その中から「歩く」を基本に市の保健師らが1年間の健康プログラムを提供しているのが「健康企業歩キング」です。

初年度となる今回は、(株)ステムリサーチ、(株)東豊精工、(株)出石モーターズの3社が取り組んでいます。

## 9月

### まずは導入プログラムを実施

各企業の社長も参加し、体組成・腹囲測定、健康・栄養講話、玄さん筋トレに取り組

みました。特に測定では、体重、体脂肪率、腹囲の結果に一喜一憂。楽しい雰囲気でのプログラムとなりました。

## 10月は強化月間 スタンプラリーを実施

10月を強化月間として1カ月間「歩キング」と筋トレ、食生活の見直しに取り組みました。9日(体育の日)にはスタンプラリーを実施。当日は秋晴れの下、3歳から61歳までの53人が参加! 「若者」「家族」「中年?」で混合チームを作り、立野庁舎からコウノ



▲10月に実施したスタンプラリー

トリの郷公園までの往復8kmの目標タイムを競い合いました。

## 11月

### 経過プログラムで成果を確認

11月に再び体組成・腹囲測定を行いました。

1カ月ではなかなか目に見えるような成果は出ませんでした。中にはお腹周りが5cm引き締まった方も! また「職場内の会話が増えた」「健康に関する話題が増えた」など、職場のコミュニケーションに一役買ったようです。

プログラムの最後に、社長の発表があった企業もあり、賞状と金一封が贈られ大いに盛り上がりました。

来年9月までの1年間、引き続き企業まるごと「歩キング」で健康づくりに取り組みます。スタートから1年後の身体の変化が楽しみです。



▲社長賞を受賞

## 仲田光成記念

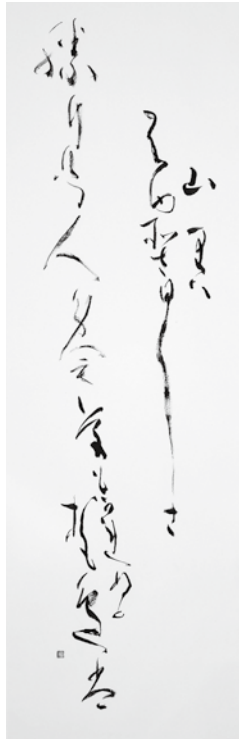
# 豊岡全国かな書展を開催しました

11月17～19日、総合体育館で第17回豊岡全国かな書展を開催し、28都府県から応募のあった5786点のうち、文部科学大臣賞をはじめとする3733点と絵手紙を展示しました。

18日には市内上位入賞者が書の実演を、出石高校書道部が書道パフォーマンスを披露しました。さらに、近畿大学附属豊岡高校・中学校箏曲部による箏の演奏も行いました。

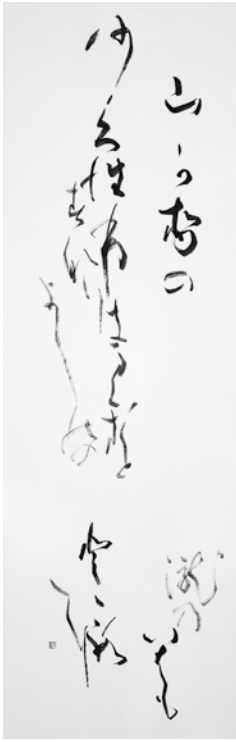
《問合せ》竹野振興局地域振興課 ☎47-1111

## 文部科学大臣賞 本問るり系作



〔釈文〕山里は冬ぞさびしき勝りける人めも草もかれぬとおもへば(源 宗子朝臣)

## 仲田光成記念賞 中島京子作



〔釈文〕山かぜのさくらふきまくおとすなりよしのの瀧のいはもとゝろに(源 実朝)

入賞者(特選除く)※敬称略

### 文部科学大臣賞

本問るり系 神奈川県鎌倉市

### 仲田光成記念賞

中島京子(東京都大田区)

### 〔市内関係分〕

### 兵庫県教育委員会賞

谷垣春花(三方小4年)

石田 向(豊岡南中2年)

### 但馬文化協会賞

岡本真奈(竹野小4年)

山本佳世(泉町)

### 豊岡市長賞

戸田真裕(八条小5年)

原田香菜(三方小6年)

中地萌心(日高東中2年)

岸本恵佳(豊岡南中3年)

前田疎風(正法寺)

### 豊岡市議会議長賞

高田結生(日高東中1年)

楠本こころ(竹野中2年)

### 豊岡市教育委員会賞

上田万里矢(日高東中3年)



上位入賞者による書の実演

## ⑤サギ山被害を解消せよ!



おはよう、鳥獣害対策員(ワイルドライフ・マネージャー)の諸君。今日も君たちには難題(ミッション・インポッシブル)を解決してもらおう。本日の指令は題名の通りである。成功を祈る。

《問合せ》農林水産課 ☎23-1127

市内某所。

サギが集団で営巣しており、ふん害や騒音で洗濯物も干せない。安眠もできない。数年來相談を受けていたが、権限が県にある保護鳥なので市には手が出せなかった。あまりに何度も対応を求め続けたので根負けした県から「あなたに任せる」との言葉を得た。ただし現状では捕獲はできないので、サギの生態に詳しい学者に被害を減らす方法を習った。

サギは集団で営巣するが、それを強制的に追い払うと違う場所に営巣地を分散させ、そこで爆発的に生息数を増やすという。現在の営巣地を放棄せず、かつ住民が許容できる場所まで移動させるしかない。方法としては営巣して

いる樹木を間伐して営巣地を住宅から遠ざける。しかし費用は誰が出すのか。受益者負担が基本であるため、行政の補助メニューを調べあげて提案を繰り返したが、さまざま問題が交錯しており地元負担は極めて困難であった。そこで「切つてほしい人」と「木がほしい人」を結び付けることを考えた。材としての木が欲しい人に無償で切ってもらい、その代わりに切られた木を無償で提供するというものだ。うまく利害が一致する人を結び付けることに成功し、年始頃から伐採が開始される予定だ。

山に手を入れることで、手付かずだったサイクリングロードや、地域住民が集っていた公園も復活する見込みだ。