

Talk about と〜くあぼうと



七尾市長 武元 文平

肥満は病氣予備軍

久しぶりに会った友人に「一杯いくか」と言ったら、「酒は飲めないのだ、血糖値が上がってドクターストップだ」と言う。以前からお腹がふくれて肥満型だったが、メタボリックシンドロームと診断されたそうです。

それは「りんご型肥満」の人で「高脂血症」「高血圧」「糖尿病」といった、生活習慣病を一人で二つ以上もっている状態をいい、本人に自覚症状がなく、動脈硬化を悪化させる怖い病氣です。

七尾市の基本健康調査では、この肥満の割合が三人に一人の35.6%で、県内で最も高いのです（県平均29%）。小中学生の肥満も約7%と多く、親の生活習慣、食生活と大きく関連していると考えられます。

七尾市民の肥満の割合は、平成9年の30.4%（県平均25.6%）から年々増え続けています。七尾市ではこれを20%以下（小中学生は2%以下）に減らそうと取り組んでおりますが、なかなか成果が上がっておりません。

県内で最も健康に問題がある七尾市民を「みんなが健康で希望と安心、しあわせを実感できるまちづくりを進めよう」「こころと身体に関心をもち、自分らしく健康に生きよう」と、住民主体のボランティア組織「七尾市健康まちづくり推進員（735

名）」がいます。推進員の方々の健康のための良い生活習慣の実践と普及

・生活習慣病の予防や健康増進のための食生活改善
・ウォーキング等の健康運動普及
等の献身的な活動に感謝いたしております。

病氣になれば家族や職場等周りの人に大変迷惑をかけます。七尾市も医療費や介護費が増えて、市民全体の負担が増えることになり。肥満の人は市民全体に迷惑（？）をかける予備軍といえます。また、本人にとって与えられた命と能力を、十分に活かすことなく余命を生きているのは大変つらいことです。

肥満をなくして、いつまでも健康で生き甲斐をもって生活できる身体づくりを、健康まちづくり推進員を中心に更に進めていきます。ご協力をお願いします。

市長へのメール「前略、市長さん」 (<http://www.city.nanoa.lg.jp/shicho/index.html>) では、市民のみなさんから市長へのご意見・ご質問などをお待ちしています。

市長談話室

開催日程

6月26日(火) 15:00～17:00

会場・能登島市民センター

1階応接室

7月10日(火) 15:00～17:00

会場・七尾市役所

1階情報公開コーナー

※公務により、中止になる場合があります。

子どもからお年寄りまで、どなたでも談話できます。気軽に、市政に対する提言やアイデアをお聞かせください。

お申し込み・お問い合わせは

男女参画まちづくり課

☎53-11112

☆お申し込みは1週間前までお願いいたします。また、お申し込み多数の場合は、抽選になります。

「市民のねがい」なぜなら「コラム⑤

「市民のねがい」の正しい唱和の仕方って？

市民のねがい

―七尾市民憲章―

古き歩みを誇りつつ

文化の薫るふるさとに

豊かな未来夢ひらく

なみおだやかに碧光りあお

ななおのまちに人集う

おとなも子どもも手をつなぎ

しあわせの和を広げよう

正しい唱和の仕方というのはとくにありません。

例えば…

・7行全て全員で同時に読み上げる方法

・代表者が一行ごとに読み上げて、そのあと全員で繰り返す方法

・代表者が前段を読み上げて、後段から全員で唱和する方法などがあります。

みなさんも各種会合などの機会に「市民のねがい」をぜひ唱和してみてください。いろいろな方法を試して、みんなが揃って唱和できる方法がありましたら、ぜひ事務局までお知らせください。

今月の市民相談

☎男女参画まちづくり課 ☎53-1112

相談の種類	主な内容	場所	相談日	時間
行政困りごと相談	国・県・市などの行政機関に対する意見や要望など	本庁 市民相談室	毎月第1～第4月曜日	10:00～12:00 13:00～15:00
市民くらしの相談	日常生活の困りごと、 人権相談		毎月第1～第4水曜日	10:00～12:00 13:00～15:00
法律相談 ※注1	借家・借地・金銭貸借・ 相続・離婚などの法律問題		6月15日(金) 7月6日(金)	13:00～15:00
登記相談 (予約制・先着順)	相続・登記・財産管理・土地 の境界についての困りごと		6月22日(金)	13:00～15:00
消費生活相談	悪質商法などの消費トラブル		毎週月～金曜日	9:00～17:00
行政・市民くらしの相談	行政相談、人権相談、 日常生活の困りごと	さつき苑、中島市民 センター、能登島綜 合健康センター	6月20日(水)	13:00～15:00
女性なんでも相談	女性の悩み・DVなど (電話相談有り ☎52-7830)	パトリア5階 フォーラム七尾	毎月第1～第4 火・金・土曜日	13:00～17:00

※注1 申込者多数の場合、抽選のため前週水曜日までに予約が必要

☎ミナ. クル2階 子育て支援課 ☎53-8419

結婚相談	結婚に関する相談	ミナ. クル2階 第1相談室	6月12日(火) 26日(火)	13:00～15:00
児童・ひとり親・ 女性相談	養育・家庭生活・DVなど	ミナ. クル2階 第1相談室、 各市民センター	毎週月～金曜日	9:00～17:00

現在、七尾市では「交通事故相談」を開催しておりません。交通事故相談は、奥能登行政センター（能登空港内 ☎0768-26-2352）にて、毎週月～金曜日電話相談および面接相談を行っています。なお、面接相談は、事前に電話確認が必要です。

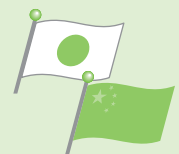
国際交流 コラム

七尾と共に頑張る！

七尾市国際交流員（中国）

王^{ワン}

榮^{エイ}



中国にいる時に、七尾が能登半島地震に遭って、どのような様子なのかとても心配していました。

大きい地震の経験がない私には想像できない事で、いろいろな心配と不安を持ち、七尾にやって来ました。地震でできた割れた地面、全壊した家の写真を見たとき、とても驚きました。

今は少しずつ周りの環境に慣れてきて、小学校の異文化交流の授業も始めました。子どもたちは、とても元気で、笑顔が可愛いです。そして、いろいろな中国の伝統や習慣など、お互いの国の様子などを話しながら、頑張っていきたいと思っています。

あっという間に二ヶ月が過ぎ、

最初の心配と不安もだんだんなくなり、充実した毎日を送っています。これからは、中国についてのイベントもやります。自分の力が少しでも七尾の皆さんの役に立てばいいなあと思っています。

地震に負けず頑張っている、七尾の皆さんの元気な姿と明るい笑顔を見て、嬉しく思いました。七尾の復旧を心から祈ります！

この一年間、美しい七尾の皆さんと共に頑張ります！
(。)



異文化交流の授業の様子です。