

町長コラム 第181号

人間ドック

5月17日から新たな町長の任期が始まり、最初のコラムになります。締め切り間際にどうしてもお知らせしたい記事があった場合、コラム欄を差し替えることはありましたが、これまでよく続けてこれたと自分でも感心します。これからも、その時々のお考えをコラムに綴っていきたいと思います。

さて、私は毎年、土曜日にも実施している人間ドックを受けています。例年、妻とドック専門機関で半日の検査を受けます。終了後、少し豪華な朝食兼昼食がセットになっていますのでそれを食べて、途中買物をして帰ってきます。

いつまで二人で行けるかなと考える年齢になり、血液検査の数値がここ数年気になりだしました。

タバコは30年前にやめてはいるものの、座っている時間が長く運動が不足していて、「このままだと必ず早死にする、ウォーキングを進めている自分が実践しないでどうする」との思いから、コロナ禍を利用して毎日1万歩以上を目標に歩くようになりました。

しばらくすると血圧が安定し体重が減ったものの、血液検査の数値は下がりません。若い人の基準とは

言え、食生活の改善が必要です。

今では毎日歩くことが習慣になりました。布団に入るとすぐに寝付けるのは良いことです。歩きはじめのヒザ痛を少しずつ慣らして調整しつつ歩数を増やしました。現在、悪玉コレステロールを下げる指導がありますがもう少し、薬を飲まないで過ごしたいところです。

ところで、ストレスとどう付き合うかも大切です。私の場合、やって良い・悪い、中長期の政策判断、苦情・要望対応など、日々悩みそして判断を迫られます。夜中、あれで良かったのかとハット目が覚めることもしばしば。ところが、1万歩以上を歩くようになってから、かなり減りました。

歩きながら、稲森和夫さんなどのリーダーとして、人間としての考え方の講演を何度となく聞くうちに、悩みと心配、打つ手と対策を分けて考えられるようになったのかもしれない。

仏教の言葉に「思念は業をつくる」という言葉があります。「町政のこの課題はどうしたら改善できるか」と日々考え、アイデアを出し、改善し続けることが、結果として町の発展に結びつくと思えます。

美里町長選挙結果

任期満了に伴う美里町長選挙が4月21日に執行されました。

4月16日に告示され、2名が立候補し、4月21日投開票の結果、現職の原田町長が当選し5選を果たしました。



投票結果

	男性	女性	計
当日の有権者数	4,556名	4,537名	9,093名
投票者数	1,815名	1,898名	3,713名
投票率	39.84%	41.83%	40.83%

開票結果

※届出順・敬称略・得票順

候補者氏名(党派)	得票数
原田 信次(無所属)	3,384票
さかもとこうじ(無所属)	237票

今年もブルーベリーの季節がやってきました

夏の訪れを感じさせる^{わせ}早生種の実が
6月から実りはじめます

直売所などで販売されますので、早生種の爽やかな甘味と程よい酸味をぜひご賞味ください！
摘み取りのできる観光農園も6月中旬～7月にかけて順次開園します。
下記のQRコード(ブルーベリー情報)にて開園状況を更新していきますので、ご確認ください。

ブルーベリー情報
(美里町観光協会)
QRコード ▶



デューク



収穫 6月上旬～下旬
フレッシュな甘味と酸味の早生品種

サミット



収穫 6月中旬～下旬
大粒で酸味がある美味しさの品種

地域活性化起業人が着任しました！



木村 千春

令和6年4月より、地域活性化起業人として、株式会社ルネサンスから美里町に着任しました、木村と申します。

ルネサンスでは、トレーナーとして運動指導、スタジオでのプログラムレッスン、クラブ内ではフィットネスセクションのチーフを担当しておりました。

その後、岩手県九戸村の地域活性化起業人として1年勤務後、主に埼玉県内の自治体向けの健康づくりに係る事業等に携わり、その中で介護予防運動指導員、キャラバン・メイトを取得し活動の幅を広げてまいりました。

美里町では、教育委員会事務局 生涯学習係に配属となり、すでにおります毛綿谷とともに、健康づくりや運動プログラム、その他運動・スポーツの振興に係る事業などで住民の皆さまの健康をサポートしてまいります。

これからどうぞよろしくお願いいたします。

地域活性化起業人制度とは

地方公共団体が、三大都市圏に所在する民間企業などの職員を一定期間受け入れ、そのノウハウや知見を活かしながら、地域独自の魅力や価値の向上などにつながる業務に従事してもらい、地域活性化を図る制度です。国の特別交付税が措置されます。

問合せ＝教育委員会事務局 生涯学習係 ☎76-3431