

「地域でいきいき」通いの場 VOL.84

平戸市では、週に1回以上集まり、「平戸よかよか体操」や趣味活動を行う住民主体の通いの場が94か所あります。このコーナーでは、各地区の「高齢者の通いの場」を毎月紹介します。

☎ 長寿介護課高齢者支援班(地域包括支援センター) ☎22-9133

「毎週元気に会いましょう！」

令和5年4月に活動を始めた川内浦の「^{なぎ}凧の木会」。地区には、東アジアの英雄「鄭成功」が幼少期に植えたと言われるナギの木があり、「海が凧ぐ」、苦難を「なぎたおす」などの由来から、安全や平安を祈る団体名にしました。



凧の木会

Interview

代表
つじやま まさた
辻山 政太 さん



体力維持に加えて、週1回、参加者と顔を合わせることが楽しみです。

天候によっては、参加者も足が遠のくこともあります。この活動を継続していきたいと思います。

活動日/毎週木曜日

午後1時30分～午後3時

活動場所/川内漁民センター 開催地区/川内浦

通いの場「凧の木会」の3つの特徴 (参加者からの声)

参加者は歩いて集合！相互見守りも実践

歩いて参加している人がほとんどです。90代の皆さんも歩いて参加しています。参加の呼びかけも意識的に行い、参加者同士が見守り支えあっています。

声かけあって元気に参加

「継続は力なり」の精神で、頑張る参加するよう、声をかけあっています。

体操のほかの取り組み

よかよか体操のほかに、「パタカラ体操」など介護予防の情報張り紙にするなど、工夫しながら活動しています。



「通いの場」への参加率が高い高齢者ほど、転倒や認知症、うつリスクが低い傾向にあることがわかっています。まだ参加していない人は、近くの通いの場へ参加してみませんか？

「平戸よかよか体操」オリジナルCDおよびDVDを無償貸し出し中です！また、平戸市ホームページでも動画を公開しています！

災害時の協体制

令和6年能登半島地震では、推計244万トンの災害廃棄物が発生しました。災害廃棄物は復興の妨げになる恐れがあるため、石川県は2025年度までに処理を完了する目標を掲げています。

自然災害は地震だけではなく、台風や豪雨災害が毎年のように想定される平戸市では、「災害廃棄物処理計画」を策定し、大規模災害などに伴う災害廃棄物の処理について基本的な流れを整理し、迅速かつ適正な処理ができるようにしています。

また、市内建設業団体と災害発生時の応急対策支援の協定を結んでいます。さらに、大規模災害などで市内事業者が被災した場



☎ 市民課生活環境班 ☎22-9121

合を想定し、長崎県環境保全協会および長崎県環境整備事業協同組合と「し尿や生活ごみなど廃棄物の撤去・収集などの支援に関する協定」(令和3年12月)を、(一社)長崎県産業資源循環協会と「災害時における災害廃棄物の処理等の協力に関する協定」(令和5年6月)を結びました。

いずれも、「災害廃棄物の迅速な処理は、被災者の衛生的な生活復旧に欠かせない」ためです。

いつ、どこで、どんな災害が起こるかわかりません。日ごろから、お互いを思いやる気持ち、いざというときに助け合うことができる体制をもつて備えていきます。

「三体」を読んでもよう！

皆さんは、SFが好きですか？近年、中国で大人気のSF小説「三体」が、SFファンの枠を超えて、社会的にブームを巻き起こしました。

「三体」は2008年から出版され、全3部は2010年までに完結しました。作者の劉慈欣は、この作品で、アジア人初のSF界のノーベル賞とも呼ばれる「ヒューゴー賞」を受賞しました。

物語は1970年代の文化大革命から始まり、地球人と異星人との宇宙戦争、さらに太陽系滅亡後の人類の未来まで及んでいます。

難しそうな物理学の用語が多く登場しますが、小説家は壮大な宇宙の物語をとて、も繊細で面白く語っています。



国際交流員
張 莹
(チョウ・ゲイ)
(中国出身)

数年前、私も全3冊の小説を1週間で読了しました。小説に登場した「三体ゲーム」「暗黒森林理論」「面壁計画」「双対箔」などの斬新な概念は、未だに忘れられません。

多くのファンから実写映像化不可能と見られていたものが、昨年中国の Tencent が制作したドラマが好評を博しました。今年3月、動画配信サービスのドラマ版も公開される予定です、注目を集めています。また、日本では劉慈欣の別の小説を原作としたSF映画「流浪地球2」も3月に公開されるそうです。「三体」の小説はすでに日本語版が出版されていますので、ドラマを見る前に、原作をチェックすることを勧めます！