

「人の健康、都市の健康」

先日、諏訪中央病院名誉院長の鎌田寛先生のお話を聞く機会がありました。地域医療に長い間かわり、東日本大震災の被災地においても精力的に支援活動をされている人です。

講演内容は「健康」について考えさせられるものでした。健康といっても、病気をしないと長寿であるということ（もちろんそれは大事ですが）だけでなく、もっと言えば病気の人や重い介護状態の人にも、その人なりの「健康」があるはず、つまり「生きがい」のある人生こそ健康な人生といえるのではないかとのお話でした。

講演は「都市の健康」という話にも及びました。都市の健康のキーワードは、まさに「生きがい」と、人を結びつける「絆」であるということです。

興味深かったのは、「セロトニン」と、「オキシトシン」という二つの「幸せホルモン」の話です。セロトニンはおいしい食べ物や美しい風景、芸術など

に感動することで体内に分泌される、自分自身の幸福感を感じるホルモンです。日頃からちょっとしたことに感動することで分泌されやすくなるセロトニンは、今や100万人とも言われるうつ病の治療や予防にも効果があるそうです。

オキシトシンは赤ちゃんにお乳をあげている母親の脳内に分泌され、炎症を抑え、ストレスを緩和し、その人の生きる力となるホルモンですが、実は子育て中の母親だけでなく、人間が他人の役に立とうとしている時にも分泌されることが分かってきたそうです。つまり相手の身になることは結果として自分自身に活力を与えることになる、そのメカニズムがこのオキシトシンによって説明できる、ということでしょうか。

感動を大切に、相手を思いやり支えあう、それがまた人々の生きる力を生み出す、そんな生きがいのある健康な本庄市を、みんなで創って行きたいですね。

本庄市長 吉田信解

お知らせ

本庄市浄化槽設置補助金、申請受付の終了について

本庄市浄化槽設置補助金の申請受付が終了しました。浄化槽法により、浄化槽を設置している人は次の定期的な維持管理が義務付けられていますので、適切な管理をお願いします。

- ・清掃（年1回以上）
- ・保守点検（浄化槽の処理方式や規模によって定められた回数）

・法定検査（年1回）
 ★環境推進課 ☎1173、環境産業課 ☎1334

全国一斉「女性の権利ホットライン」強化週間を実施

さいたま地方事務局と埼玉県人権擁護委員連合会は、パートナーからの暴力やストーカー行為など、女性をめぐる様々な人権問題について、多くの人に相談していただけるように、全国一斉「女性の権利ホットライン」強化週間を設定し、専用相談電話による相談を受け付けます。

日程 11月18日(月)～24日(日)

※声の広報（録音テープ）の貸し出しは、図書館本館・秘書広報課へ。また、ホームページでも聴くことができます。★秘書広報課 ☎1155

時間 午前8時30分から午後7時まで（23日祝及び24日(日)は午前10時から午後5時まで）

相談電話 ☎0570-070810

相談担当者 法務局職員、人権擁護委員

※秘密は厳守します。

★さいたま地方事務局人権擁護課 ☎048-859-3507

住生活総合調査にご協力を

12月1日を基準日に、住まいと生活に関する調査として、全国で平成25年住生活総合調査が実施されます。

調査する地域は、全国から無作為に抽出されます。お住まいの地域が調査対象になった際は、11月下旬から12月中旬にかけて、埼玉県知事が発行した写真付身分証調査員証を携帯する調査員が伺います。なお、調査票に記入した内容は、秘密が厳守されます。

★都市計画課 ☎1136

～お詫びと訂正～

広報ほんじょう10月号26ページの豪華絢爛！秋を彩る山車まつりの写真注釈に誤りがありました。ここにお詫びし、訂正します。

誤 新町の山車
 正 新町の屋台
 ★秘書広報課 ☎1155

私たちの思いは「地域の未来」です。

62店舗のネットワーク

 しなのめ信用金庫
 本庄支店：本庄市駅南 1-13-10
 TEL:0495-21-2222

霜月(しもつき)の和菓子

秋の実りの栗鼓くりつづみ
 栗の形の最中。ねっとりとした白餡にやわ栗一粒の贅沢さ。是非お試しください。

1ヶ 180円
 夢カードポイント2倍デー
 毎月10日、20日、30日

せきね



今年も”栗むしようかん”始めました。

TEL. 0495-22-2315
 FAX. 0495-22-2321

平成25年秋季全国火災予防運動を実施

空気が乾燥し火災が発生しやすい季節に、火災の発生を防止し、高齢者等を中心とする死者の発生を減少させるとともに、財産の損失を防ぐことを目的として実施します。

防火標語（平成25年度全国統一防火標語）

『消すまでは 心の警報』

ONのまま』

期間 11月9日(土)～15日(金)

重点目標

- ① 住宅防火対策の推進
 - ② 放火火災・連続放火火災防止対策の推進
 - ③ 特定防火対象物等における防火安全対策の徹底
 - ④ 製品火災の発生防止に向けた取組の推進
 - ⑤ 林野火災予防対策の推進
- 住宅防火のちを守る7つのポイント～3つの習慣、4つの対策～

3つの習慣

- 寝たばこは、絶対やめる。
- ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

4つの対策

- 逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
- 寝具、衣類及びカーテンからの火災を防ぐために、防炎品を使用する。
- 火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器等を設置する。
- お年寄りや体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。

住宅用火災警報器を設置しましたか

平成20年6月から児玉郡市内のすべての住宅に住宅用火災警報器の設置が義務化されています。設置が必要となるのは寝室です。また、寝室が2階などにある場合は階段にも設置が必要です。

住宅用火災警報器はホームセンターや家電取扱店、防災設備の取扱店等で購入できます。詳しくは、お近くの消防本部(署)へお問い合わせください。

大切な命や財産を守るためにも、早めに設置しましょう。

★児玉郡市広域消防本部予防課 ☎4654

催し

前原児童センター「ふれあいもちつき&焼いも大会」を開催

日時 11月30日(土) 午前11時～正午

対象 幼児(3歳以上)・小学生

定員 100人(先着順)

※駐車場が狭いため、徒歩又は自転車でお越しください。

用意 はし、おわん(割れにくいもの)

申込 11月16日(土)午前9時から電話又は直接左記へ

※もちつき大会当日の受け付けはできません。

★前原児童センター ☎219820

「本庄市青少年健全育成のつどい」を開催

本庄市青少年育成市民会議は、青少年の健やかな成長を願い、「本庄市青少年健全育成のつどい」を開催します。

みなさんのご来場をお待ちしています。

日時 11月30日(土) 午後1時30分～

会場 セルデイ

参加費 無料

内容 ○地域活動発表(児玉中学校吹奏楽部による演奏)

○青少年の主張発表・表彰式

○青少年健全育成標語入賞者表彰式

○青少年・青少年育成者等功労表彰式

★お問い合わせは左記へ ☎21677

セルデイシアターを開催

4月に公開された映画「舟を編む」を上映します。

辞書(舟)を編集(編む)する人たちの感動エンターテインメントを大きなスクリーンでご覧ください。

まだ見ていない人、もう一度見たい人、ぜひお出かけください。

日時 12月7日(土)

1回目 午前10時～
2回目 午後2時～

※それぞれ開始30分前から入場できます。

会場 セルデイ

定員 600人(先着順)

入場料 無料

※申し込みは不要です。当日直接会場へお越しください

★セルデイ ☎8851

3時間のリハビリデイサービス



寝たきり・転倒予防

ずっと自分の足で歩きたい！
そんな気持ちを大切にします！
一緒に楽しくトレーニングしましょう！



ご利用者様の見学・体験につきましては
随時、受付しております。
見学・体験時にも送迎致します。



エバークリーン介護サービス 本庄市柏1-5-7(本庄高校 西裏)
0495-22-4001

ご予約・お問合せ

保険クリニック ウニクス上里店

0800-800-1710

上里町七本木2272-1 ウニクス上里1F

■定休 木曜日 **要予約**

■営業 10:00～19:00

来店相談料【無料】

まずはお気軽にお電話ください

(広告)