

随想

〈第十六回〉

CCDプロジェクトへの

取り組み

市長 米本 弥一郎



市では、健康都市の実現を目指し「CCDプロジェクト」を推進しています。くわしくは、今月号2ページからの特集記事をご覧ください。

このプロジェクトについては、市としても全庁的な対応が必要と判断し、多様な若手職員で構成するプロジェクトチームにより、さまざまな取り組みを行っています。世界的なヘルスケア企業「ノボ社」との交流や、デンマーク大使館での情報交換など、通常の業務では経験できない貴重な活動も多く、人材育成の観点からも実りあるものと感じています。

11月下旬からは、推進チームの企画「市役所から始める健康づくり」と題して、職員が健康に関する目標を書いたプレートを着け、常に意識しながら達成を目指しています。私も「週3運動」と目標を掲げ、出張先にもプレートを着けて行くように

しています。「それは何ですか?」と尋ねられることもしばしばあり、活動を紹介して興味を持ってもらえるようPRしています。ちなみに私は30〜40分程度のジョギングやウォーキングです。アクアラインマラソンに参加したときにダウンロードしたランニングアプリで、運動量なども確認できるので、楽しく取り組むことができます。励みにもなっています。

このほか、執務用のいすをバランスボールに換え、消費エネルギーを増加させ体脂肪を減らすことに挑戦しています。(遊んでいるわけではありませんので、誤解しないように)

3月19日に、市長と歩こう「よねさんぽ(仮)」を予定していますので、皆さまの参加をお待ちしております。健康意識を高め、皆さまと共に糖尿病対策・健康づくりに取り組んでまいります。

図書館へ行こう

開館時間／火～金曜日…午前9時～午後7時

土・日曜日、祝・休日…午前9時～午後5時

今月の休館日／毎週月曜日、蔵書点検：22日(水)～30日(木)

関市図書館(☎62-2560) <https://www.library-asahi-chiba.jp/>

おはなしの時間

幼児向けの絵本の読み聞かせ

日時／ 4日(土) 午前10時30分～11時

18日(土) 午前10時30分～11時

場所／県立東部図書館 3階 研修室

今月のおすすめ



「答えは市役所3階に」

辻堂ゆめ 著 (光文社)

市役所に開設された相談室には、コロナ禍によって悩む人が次々と訪れる。2人のカウンセラーは相談者の本当の想いや秘密を推理し、立ち直りを後押しする。



「木挽町のあだ討ち」

永井紗耶子 著 (新潮社)

芝居小屋の前で、若衆による見事な仇討ちが成し遂げられた。その2年後、真相を探る侍が芝居者に聞き取りを始めたところ、いきさつは思いがけないものだった。

新着図書

- | | | |
|------------------------------------|------------------------------------|---------------------|
| ●世界のヘンな研究 (五十嵐杏南) | ●日本に住んでる世界のひと (金井真紀) | ●書楼弔堂 待宵 (京極夏彦) |
| ●図書館にまいこんだこどもの大質問 (こどもの大質問編集部) | ●知らなかった! パンダ (アドベンチャーワールド「パンダチーム」) | ●名探偵のままでいて (小西マサテル) |
| ●わたしたち、子どもの本の応援団 (越高令子、山浦美幸、佐藤あけみ) | ●ノドトレ (西尾正輝) | ●祝祭のハングマン (中山七里) |
| ●日本史を暴く (磯田道史) | ●認知症といわれたら (繁田雅弘) | ●名探偵外来 (似鳥鶏) |
| ●好きを生きる (牧野富太郎) | ●隣の聞き取れないひと (五十嵐大) | ●間借り鮎まさよ (原宏一) |
| ●南極の食卓 (渡貫淳子) | ●ワンダーランド急行 (荻原浩) | ●ある愛の寓話 (村山由佳) |
| ●対話力 (阿川佐和子、齋藤孝) | ●江戸一新 (門井慶喜) | ●今日はいいい天気ですね。(群ようこ) |
| | | ●誰が国家を殺すのか (塩野七生) |
| | | ●成熟スイッチ (林真理子) |