

もくじ

特集
人生100歳時代! ~尾道元気人から学ぶ~

人事行政の運営等の状況 6

くらしの窓 8
火災予防/年末年始の業務/税制改正 他

健康・福祉 14
認知症初期集中支援チーム 他

子育て 16
児童手当などの手続きでマイナンバー連携開始 他

スポーツ 18
スポーツ施設利用希望団体募集 他

芸術・文化 19
囲碁段位認定大会・指導委員会 他

情報アラカルト 22
(仮)因島総合福祉保健センター愛称募集 他

相談 30

人の動き[11月30日現在] ※()内は前月比。

世帯	64,757世帯	(-28)
人口	男性 67,163人	(-52)
	女性 72,194人	(-77)
計	139,357人	(-129)

市内の交通事故 [11月30日現在] 平成29年広島県 交通安全年間スローガン まだ行ける 渡れそうでも 待つゆとり	今月の納期限 12/25(月)
件数 299件 (-57)	固定資産税・都市計画税④
負傷者 385人 (-61)	国民健康保険料⑥
死者 1人 (-5)	介護保険料⑥
※()内は前月比。	後期高齢者医療保険料⑥

今月の表紙

11月26日(日)に開催された「瀬戸内しまなみ・ゆめしま海道サイクリング大会2017」のゲストライダー、自転車ロードレースのプロチーム「VICTOIRE (ヴィクトワール) 広島」。

オレンジ色のユニフォームで向島運動公園からスタート。

尾道市役所 0848-38-9111	百島支所 0848-73-2701
因島総合支所 0845-22-1311	浦崎支所 0848-73-2001
御調支所 0848-76-2111	消防局 0848-55-9120
向島支所 0848-44-0110	尾道市市民病院 0848-47-1155
瀬戸田支所 0845-27-2211	公立みづき総合病院 0848-76-1111

トピックス-Topics-



尾道芸術祭「十字路口-ONOMICHI ART CROSSROADS-」

10月28日(土)、アーティストや関係者などが参加して、尾道芸術祭オープニングイベントが開催されました。創作された現代アート作品をとらえて、尾道の新たな魅力に出会うひとときとなりました。



浄土寺で伝統芸能を堪能

11月4日(土)、日本遺産の広報・普及のためのアートイベント「ニッポンたからものプロジェクト」が開催され、約230人が鑑賞しました。阿弥陀堂での日本舞踊、箏曲、琵琶の演奏などに続き境内で「吉和太鼓おどり」が特別実演され、観客は伝統芸能に魅了されました。



大盛況の大学祭

11月5日(日)、大学祭「翠郷祭」が、尾道市立大学で開催されました。各種模擬店や作品等の展示、特設ステージでのイベントなどを行い、多くの人でにぎわいました。



東京五輪・パラリンピックに向け、メキシコ視察団が尾道を訪問

尾道市は、東京五輪・パラリンピックに向けたメキシコ選手団(ソフトボール、自転車競技)の事前合宿地に決定しています。11月13日(月)~17日(金)、メキシコ視察団が競技別の視察のため尾道を訪れ、市内施設の視察や合宿受け入れの調整などを行いました。

尾道市が総務大臣表彰を受けました

地方自治法が施行されて70周年の節目となる今年、この10年間に地方自治に功績があったとして、尾道市が総務大臣表彰を受けました。表彰式は11月20日(月)東京都で行われ、天皇皇后両陛下ご臨席のもと、全国自治体や民間組織、全245団体が表彰されました。



市長表敬訪問/敬称略

第3回全日本少年少女空手道選手権大会(2017リアルチャンピオンシップ)出場

(11月23日=兵庫県)福岡夕風(向東小学校)

特集

人生100歳時代! ~尾道元気人から学ぶ~

若い時から続けています。

石井哲代さん(97歳)
サロンで週に1回、大正琴や体操・漢字の書きだし等を先導してやっています。みんなで役割分担して続けています。朝、登校する小学生にあいさつと握手するのが日課です。

現在、28本の歯が残っています。

平盛岩太郎さん(101歳)
80歳以上で20本以上の歯が残っている人に贈られる8020特別表彰を受けました。趣味はゲームで将棋をすることです。

まだまだ自転車に乗って、囲碁や読書をするためにお出かけをしていますよ。

中濱清人さん(101歳)
「さわやか健康大学」最高齢受講者です。自分で歩いて会場に参加しています。

現在も健康づくりボランティアとして活動しています。

向井フクエさん(88歳)(写真左)
柳安子さん(87歳)(写真右)
シルバーリハビリ体操指導士の最高齢と2番目のお二人は、新たな体操教室の開催を計画中です。

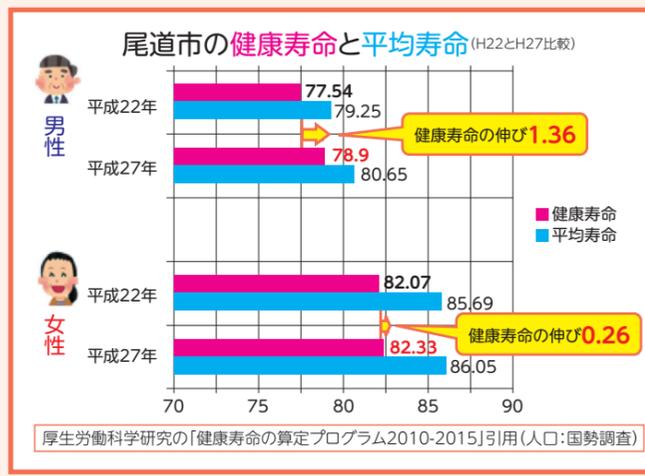
自分のために始めましたが、今では多くの人に伝えたいと思い、出かけています。

石田房子さん(91歳)
保健推進員32年の活動が評価され、厚生労働大臣表彰を受賞されました。

必見 元気な皆さんにインタビューした「健康長寿の秘訣」

- 運動の習慣がある
- 常に体を動かす
- 毎日体操している
- 1日3回きちんと食べる
- しっかり噛める
- お肉が大好き
- 食事に感謝
- 毎日出かけて行って、大勢の人に会う
- 自分のことは自分でする
- 役割を持って働く
- 仲間とおしゃべりする
- 新聞や本を読む
- あまりものにこだわらない
- 半年に1回歯科検診を受診

若いうちからこのような生活を続けてきたから今があると思うんだ。



元気で活躍されている皆様の生活を見てみると、共通して言えることがあります。それは・・・年齢を重ねると起こりやすくなる「フレイル」⇒心身の活力(筋力・認知機能・社会とのつながり等)が低下した状態にならない生活をされていることです!

沖田光昭(公立みづき総合病院副院長)

次のページ

健康推進課 ☎0848-24-1962