

「健康寿命」を伸ばして いつまでも、いきいき、元気に!



健康寿命とは...

介護の必要がなく、健康的に生活できる期間のこと。
平成25(2013)年の実績は、男性71.19歳、女性74.21歳。
平均寿命との差は、男性9.02年、女性12.4年です。
男女ともに10年ほどの介護を必要とする期間があるという結果になっています

健康寿命を伸ばす4つのキーワード

- ① テクテク: 気軽に1日30分歩いてみましょう!
- ② カミカミ: 食事は腹八分目でも、栄養豊富に!
- ③ ニコニコ: 笑いは、免疫力と心の治癒力を高めます!
- ④ ドキドキ: したい、行きたい、会いたいを忘れずに!



「子ども・子育て支援新制度」 平成27年4月、本格スタート!



子ども・子育て新制度とは...

平成24年8月に成立した「子ども・子育て支援3法」に基づく新たな制度です。
基礎自治体の実施主体となり、子育て中のすべての家庭を社会全体で支えることを目指しています



新制度の取組み

- ① 質の高い幼児期の教育・保育を総合的に提供します
 - ② 地域の子育て(子育て相談、一時預かり等)を充実させます
 - ③ 多様な保育を確保し、待機児童の解消を進めます
 - ④ 地域の保育拠点の連携を強め、保育ニーズに対応します
- ◇ 制度だけでなく、私たち一人ひとりが、地域の子どもと子育て家庭を見守り、支える気持ちを持つことが大切です!



新年を迎えて



練馬区議会議員 第五十九代議長
関口 かずお

常任委員会 区民生活委員会 委員

特別委員会 医療・高齢者等特別委員会 副委員長

各種委員会 民生委員推薦会

順天堂大学医学部付属練馬病院運営連絡協議会

ご相談は... **関口かずお 事務所**

〒176-0021 練馬区貫井 3-53-8

Tel / Fax : 3998-1752 HP : <http://www.k-sekiguchi.jp/>

ウイスキーに誓う 貫く人生

去年今年 貫く棒の 如きもの 高浜虚子

毎年、大晦日から元旦にかけて、地元の八幡様で新年を迎えながら、心におもいう句である。あまりにも有名な句なので、ご存知の方も多く、解釈もいろいろあるだろうが、私は、「去年と今年とは、何も変わらず一本の棒のように繋がっていて、止めることも断ち切ることもできないが、そんな時間の中にある自分もまた、貫く棒のような信念を持って、変わらず、動じず、生きていくのだ」という、背筋をピンと伸ばしたくなるような句だと、おもっている。今年も、八幡様の前で手を合わせ、貫く棒のような一年を、しっかり生きていくのだと、気を引き締めてきた。

ところで、この句を覚えている理由のひとつは、「貫く」という言葉である。何かにはと筋に、ひたすらに、変わらないものを持って向かっていく、そんな、潔く強い言葉だと、おもう。そういう風に生きたいと、おもう。

ニッカウヰスキーの創業者・竹鶴政孝は、今から九十七年前、「国産初のウイスキーを作る」と誓ってスコットランドに渡り、本場のウイスキー作りを学んで帰国、紆余曲折を経て、北海道余市に蒸留所を作った。まさにひと筋に貫いた人生である。そして、そういう彼の「貫く人生」を支えたのは、異国の地で共に生きることを選んだ妻・リタであり、彼を慕う部下たちであった。その支えがあったからこそ、国産初のウイスキーは生み出され、八十年を経た今も、大切に受け継がれているのである。

「ウイスキーで苦しみ、ウイスキーで喜んだ人生であった」
竹鶴が自伝に残した言葉だ。想像を絶する数々の出来事があった人生に違いないが、こんな風に言い切れる生き方ができた彼が、うらやましくもある。

翻って、自分の人生を、おもう。正直、最初は思いがけなく議員になったようなものだった。しかし、議員として様々な学び、経験する中で、自分の生きる道は議員しかない、とおもうようになった。以来、議員としてできる限りのことを、真摯に、懸命に果たしていく、そういう気持ちで貫いてきたつもりだ。そしてまた、どんな時も、いつも変わらず支えてくれる先輩方や仲間や家族がいるからこそ、初当選から三十余年、議員として生きることができてくるのだと、日々、実感し、感謝している。

最近、ドラマの影響もあってか、ウイスキーを飲む機会が増えた。これからいつも、最初の一口を口に含むときに、竹鶴の生き方をおもい、自分も「貫く人生」で行くことを誓おうと、おもっている。