

**「健康寿命」を伸ばして  
いつまでもいきいき 元気な  
「健康長寿社会」の実現を!**



**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!

**行革を推進し  
持続可能な区政運営と  
区民サービスの向上を!**



**取り組むべき課題は…**

- ① 持続可能な区政運営と、区民サービス向上の両立
  - ・受益と負担のバランスを含めた行政サービスのあり方の検討
- ② 行政における人材育成と組織の見直し
  - ・各部署、職員の役割の明確化
  - ・施策を速やかに執行できる組織体制の実現
- ③ 外郭団体のあり方の見直し
  - ・区の財政的、人的関与は、必要性を精査し効率的に



**自民党**

練馬区議会議員 第五十九代議長

**関口 かずお**

議会運営委員会 委員長

常任委員会 企画総務委員会 委員

特別委員会 総合・災害対策等特別委員会 委員

各種委員会 民生委員推薦会、土地開発公社評議委員会

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/>

**「本当に分かる」ユズシロ**

先日、駅の改札付近を歩いていると、ひとりの若者が、スマートフォンを見ながら、前から歩いてくるのが見えた。その若者は突然私の方に向かって曲がり、彼の頭が、私の顔面にぶつかった。私の眼鏡は割れて吹っ飛び、目の上を三針縫う怪我をしたのだが、彼は、立ち止まりもせず、改札の中に消えていったのである。

ながらスマホが原因の事故の話も、最近よく耳にするが、自分が実際に遭遇すると、本当に危ないと実感する。街中でも、電車の中でも、どこでもスマホに熱中する人たちの姿を見ると、少々、気味悪く感じる時もある。そんな自分は、頭が固くて古いのだろうか、とおもっていたら、信州大学入学式での、山沢学長の挨拶が話題になっていた。

この起りこりは、去る四月五日、朝日新聞デジタルに掲載された、次のような記事である。「スマホやめますか、それとも信大生やめますか」。(中略) 山沢学長は、8学部の、新入生約2千人に、こう迫った。「この一文が、挨拶全文をふまえずに独り歩きし、ツイッターなどで賛否両論が巻き起こったというのだ。」

後に、大学のホームページに掲載された学長挨拶の全文を読んでみた。確かに、携帯電話やスマホを毒だとする、強い言葉もあるが、学長の真意は、その後続く、次の言葉に込められているとおもった。

「スイッチを切って、本を読みましょ。友達と話をしましょ。そして、自分で考えることを習慣づけましょ。自分の持つ知識を総動員して、ものごとを根本から考え、全力で行動することが、独創性豊かな信大生を育てます。」(信大HPより)

大学時代にしかできない経験をして、しっかりと学び、自分を高めるために、自分の時間を有効に使ってほしい、学問の先輩として後輩たちに気持ちを伝えたい、そんな学長のおもいが伝わってくる文章である。スマホのくだりからだけでは分からないことが多いのに、不確かな情報に、一時の感情で反応し、ネット上で自分の言い分を書き連ねるといふ行為は、あまりほめられたものではない。

スマホやネットの利便性を否定する気はないが、時と場合に応じ、理性ある使い方をすべきだとおもっている。検索したことを鵜呑みにし、分かった気になるのも危険なことだ。現場に行き、人に会い、自分自身の目で、耳で、肌で感じずに、本当に分かるということはあり得ないからだ。これは、学生も政治家も、同じである。

入学式ならぬ、議員十期目のスタートにあたり、これから四年間、血の通った政治を進める努力をすると、改めて心に誓っている。

