

SERIES

環境 ENVIRONMENT

みんなが優しくすま

うるおい 環境都市むこう

緑を楽しめるまちづくりを進めるために 緑を増やして心と環境に安らぎを



緑は私たちにうるおいを与えてくれるだけでなく、環境を改善する効果も持っています。

しかし、向日市は市域が狭いため緑地などのまとまった緑が限られており、都市緑化の推進や、市街地内の緑の保全に取組み、

景観的にも緑を楽しめるまちづくりを進めていく必要があります。

みなさんも身近なところから緑を増やしていきましょう。

都市緑化による環境改善の効果

- 気温の調節 植物の蒸発散によるヒートアイランド現象*の緩和。照返しの防止。
● 省エネルギー 建物緑化(屋上・壁面緑化)

による、建物の遮熱・保温の効果。

● 大気浄化 地球温暖化の原因となるCO2を吸収する。空気の浄化作用。

● その他の効果 防災効果(火災の延焼防止、雨水流出の遅延および緩和)、心理効果(心に安らぎを与える)など

※ヒートアイランド現象…アスファルトやコンクリートで覆われた都市部の気温が郊外に比べて上昇すること

次のような行動をしましょう

- 自然を守り、育てる活動に参加する。
● 家の敷地に花の咲く木や実のなる木を植える。
● 屋上や壁面などを緑化する。
● 休耕田を利用して、ひまわり畑やコスモス畑などを作る。
● 竹林の保全に協力する。

お問い合わせ 環境政策課環境対策係(内線232)



BOOKS INFORMATION 新着図書のご案内

PICK UP

【児童図書】



「あめ!」

マニャ・ストイッチュ・作 くどうなおこ・訳 ポプラ社

からからに かわいた だいちに あまぐもが かり、あめが やってきます。どうぶつたちは およろこびです。

一般図書

- 太子道 上方史蹟散策の会 向陽書房
● 50代の仕事・就職・再挑戦 成川豊彦著 三笠書房
● ボクと離れちゃだめだよ! 日本介助犬トレーニングセンター編 柳原出版
● 図解・最新恐竜学がわかる本 福田芳生著 グラフィック社
● 気持ちのよい暮らし 有元葉子著 筑摩書房
● ごはん食の基本レシピ 幕内秀夫著 日経BP社
● すべては一杯のコーヒーから 松田公太著 新潮社
● 両腕を失っても夢は捨てない 水村喜一郎 海竜社
● まちがいだらけの日本語文法 町田健著 講談社
● ハーモニーの幸せ 田口ランディ著 角川書店
● 発火点 真保裕一著 講談社
● 長い家路 上・下 ダニエル・スティール著 アカデミー出版

児童図書

- ズッコケ人生相談パート2 那須正幹ほか回答 ポプラ社
● 理科であそぼう 日経サイエンス編 日経サイエンス社
● 機関車 電車の歴史 山本忠敬著 福音館書店
● 木の名 梶原洋一著 保育社
● たのしい金魚・メダカ・オタマジャクシなどの飼い方 狩野晋監修 成美堂出版
● 恋の歌恋の物語 林望著 岩波書店
● きこちゃんキコちゃん 薫くみこ作 ポプラ社
● ケルトとローマの息子 ローズマリー・サトリフ作 ほるぷ出版
● あたしクラリス・ビーン ローレン・チャイルド作 フレーベル館
● ココ ゴリラと子ネコの物語 フランシーヌ・ペニー・パターソン文ほか あかね書房
● 海のやくそく 山下明生作 しまだしほ絵 佼成出版社
● くまさんのいす 森山京文 西巻茅子絵 講談社

お問い合わせ 図書館 ☎931-1181

健康 HEALTH

平成13年~18年向日市保健計画一成人編 ~血管をまもる~



今回から4回シリーズで成人保健の現状・課題を提示し、ともに健康づくりに取り組んでいきたいと思います。第1回目のテーマは「血管をまもる」です。

の「血液」の質と「血管」のしなやかさです。

市の基本健康診査の判定結果をみると、脳卒中や心疾患の原因といわれている糖尿病や高脂血症、高血圧の人が年々増加しています。「肥満」「高血圧」「高脂血症」「糖尿病」などの生活習慣病は、一つひとつが軽い状態であっても、それらを合わせ持ち、さらにその状態が続くことによって、血管を傷つけやすくなり、臓器に負担をかけ続けます。これらの症状を3~4つ合わせ持つと脳卒中や心筋梗塞などを引き起こす危険性が、正常の人の35倍高くなるといわれ、「肥満」がこの根底にあると考えられています。

このことから本市では、「血管をまもる」ことに視点を置き、基本健康診査を中心として、市民一人ひとりが、自分のからだを具体的にイメージし、毎日の生活をどのように送っていくのかを考えられるよう、より若い年代からの健康づくりを支援します。

基本健康診査で肥満(BMI(体格指数)30以上)の人は、血管を傷つける「高血圧」「高脂血症」「糖尿病」などの症状をあわせ持っていることが多い。(■は異常を示す項目)

Table with columns for age group (年齢), obesity (肥満), hypertension (高血圧), hyperlipidemia (高脂血症), and diabetes (糖尿病). Rows include 30s (2 people), 40s (3 people), 50s (7 people), 60s (6 people), 70s (3 people), and total (21, 13, 16, 6).

私たちのからだは、60兆個もの「細胞」からつくられています。この「細胞」は、食事や運動、睡眠、休養などの毎日の生活の積み重ねによってつくられています。一つひとつの細胞に栄養分や酸素を運ぶのが「血液」であり、それを運搬する道路にあたるのが「血管」です。からだどころの「元気」のもと、こ

お問い合わせ 健康管理課(内線333、338、339、357)

市制施行30周年記念 30th ANNIVERSARY



新たなまちづくりのスタートとなる節目の年 いまにつながるこれまでの周年事業

向日市では、市制施行から5年ごとの節目の年を新たなまちづくりのスタートの年と位置付け、これまで周年ごとに、さまざまなまちづくり諸施策を展開してきました。

向日市民憲章制定(5周年)

市民の願いや誓いが盛り込まれた「向日市民憲章」は、市制施行5周年を記念して制定されました。市民憲章は、市民が守っていく心のよりどころや、実践の指針を示したもので、現在もまちづくりの根底となっています。

この年には、市民の花(ひまわり、ツツジ)、市民

の木(孟宗竹、桜)も同時に選定されています。

市の紋章など制定(10周年)

市制施行10周年には、市民公募により、市の紋章、マスコットマーク(ひまわり娘、たけのこ坊や)が制定されました。

かぐや姫行列開催(20周年)

「1992香夜伝説」と題し、新しいふるさと意識と文化の創出をめざして、さまざまな催しが展開された市制施行20周年、第1回の「かぐや姫行列」が開催されました。今では広く浸透し、市内外から

大勢の見物客が訪れます。

健康都市宣言(25周年)

「市民みんなの笑顔が輝く健康都市」をめざす向日市の健康づくり施策の新たな展開は、市制施行25周年の「健康都市宣言」から始まりました。その後、「健康ウォークデー」の制定、「いきいき健康ウォーク賞」「いきいき健康倶楽部」など多様な事業展開を経て、市制施行30周年を記念した「市民健康づくりの日」の制定へとつながります。 ※「市民健康づくりの日」の詳細は10月1日号をご覧ください。