

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・サトクリフ作 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 いきたいと思ひます。第1回目のテーマは「血 管をまもる」です。

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: 年齢, 肥満, 高血圧, 高脂血症, 糖尿病. Rows for 30代, 40代, 50代, 60代, 70代, and 全体.

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

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。

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。