

## いきいきと暮らすことが 介護予防への第一歩



加齢による心身の機能の低下は、だれにも避けることはできません。しかし、高齢期だからといってあきらめないで、日々の生活を活発に過ごし、介護予防につなげましょう。

市では、介護予防につながる健康講座やデイサービスを実施しています。

### ◆介護予防 出前健康講座

住み慣れた場所で健康に暮らすために、介護予防講座を実施しています。

■対象 / おおむね 10 人以上の高齢者団体

■内容 / 栄養士、歯科衛生士、在宅介護支援センターなどによる介護予防のお話

### ◆生きがいデイサービス

介護予防体操やレクリエーションなどで、寝たきりや認知症の予防法を実践します。

■対象 / 65 歳以上で要介護（支援）認定を受けていない方

■参加費 / 1 回 1,000 円

☎ 高齢者あんしんセンター（春日庁舎内）  
☎ 74 - 0368

## 地域ぐるみで高齢者に声かけ運動



沢野自治会（青垣地域）では、高齢者が困りごとなどを地域の人たちに気軽に相談できる雰囲気をつくろうと、道路わきなどに、「何か手伝えることはありませんか」、「体調はいかがですか」と呼びかけるのぼり旗を設置しています。

「孤立するお年寄りをなくすために、目に見えるのぼり旗を設置することで、高齢者が安心して暮らせる環境をつくりたかった」と話す田村了自治会長(62)。今後は、「沢野自治会だけでなく、周辺にもこの取り組みが広がれば」と期待を込めています。

## 30 万本のひまわりがお出迎え

ひまわり<sup>ひまわり</sup>ゆめ農園（春日町柚津）に、今年も 30 万本のひまわりが咲き誇りました。

7 月 27 日（日）には、恒例のひまわり祭りが行われ、会場では、ひまわりの種入りコロケや地元の新鮮野菜の販売のほか、スイートコーンのもぎ取り体験なども催され、多くの観光客でにぎわいました。



背丈を超えるひまわりの巨大迷路をかけまわる子どもたち

## 消防人としての誇りを胸に 県消防操法大会に丹波市代表が出場

消防操法の技術向上と士気高揚を目的に、「第 25 回兵庫県消防操法大会」が 8 月 3 日（日）、兵庫県広域防災センター（三木市）で行われ、丹波市大会で優勝した青垣支団第 4 分団第 2 部がポンプ車の部に出場しました。

青垣支団の隊員たちは、雨が降りしきる悪条件のなか、機敏な動きを披露し、8 隊出場中 5 位の成績をおさめました。



火点に向けて放水を行う青垣支団第 4 分団第 2 部の隊員たち



## 福知山成美高校が初の全国制覇！

7 月 26 日から 31 日にかけて、「第 18 回全国高等学校女子硬式野球選手権大会」（スポーツピアいちじま）が行われ、過去最多の 19 チームが出場し、熱戦が繰り広げられました。

今大会を制したのは、福知山成美高校（京都）。準決勝で大会優勝経験のある強豪 埼玉栄高校（埼玉）を逆転で下すと、決勝では、花咲徳栄高校（埼玉）を 3 対 0 で破り、5 回目の出場で初の全国制覇を果たしました。



初出場の Voltage Treble（ボルテージ トレブル）のみなさん

## アマチュアアーティストの祭典 バンドフェスタ in KASUGA

アマチュアアーティストを育成する「バンドフェスタ in KASUGA」が、7 月 27 日（日）に、春日文化ホールで行われました。

14 組のアーティストが出演し、スポットライトを浴びプロ気分を味わいながら自慢の演奏を披露しました。

アマチュアバンド活動を育成支援することを目的に、毎年開催されるこのフェスタも今回で 17 回目。今年も熟年バンドの卓越した演奏とティーンエイジバンドの若さあふれるパフォーマンスに会場は拍手と熱気に包まれました。



開会式で選手宣誓を行う作新学院（栃木）主将 飯村茉莉さん



決勝では福知山成美と花咲徳栄が対戦  
福知山成美の攻撃（写真左）  
3 回表、福知山成美が先制（写真右）

## 「銀河鉄道 999」を生み出した SF 漫画の巨匠 松本零士氏講演会



7 月 12 日（土）に、「銀河鉄道 999」「宇宙戦艦ヤマト」などの代表作で知られる松本零士さんの秘蔵コレクション展が植野記念美術館で開幕し、松本零士さんを招いて記念講演会が行われました。

幼少期を明石市で過ごした松本さん。その生い立ちや軍人であった父からの教えが作風に与えた影響などについて話し、画業 60 周年を振り返りました。



講演終了後にはサイン会が行われ、多くのファンが列をつきました