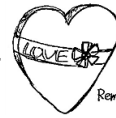




エコー・ちがさき

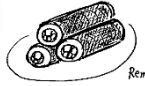


第72号

2016. 2. 1

文化生涯学習課

楽しみを見つけませんか！
お仲間と、一緒に…



茅ヶ崎市役所本庁舎

新しい本庁舎が完成

昭和49年に完成した茅ヶ崎市役所の旧本庁舎も、老朽化して、床がひずんだり新しい耐震基準にも対応していなかったりで新庁舎建設が望まれていました。

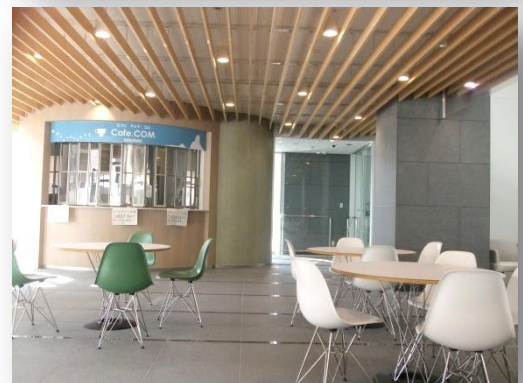
当時の事務用品はガリ版と鉄筆、そして液晶電卓がやっと出回るとい、現在のパソコン・インターネットを駆使して業務を行うことが想像すらできない時代でした。



「市民の生命と暮らしを守る安全・安心の拠点となる」新しい市役所がこのコンセプトで建設されました。市の業務の核が市民の安全・安心と言っても過言ではありません。私たちは3・11を体験し、多くの異常気象による各地の自然災害をニュースで目の当たりにしています。近い将来、茅ヶ崎が同様の災害が起こる可能性を否定できる人はいないでしょう。

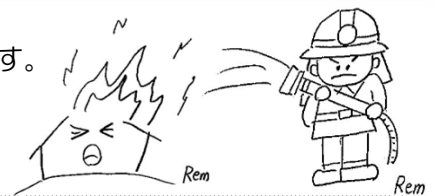
市民の生命と暮らしを守るという概念を職員一人一人が意識を高め取り組んでいます。

新しい庁舎の一番の目玉は、消防本部が庁舎の中に入ったことでしょう。緊急時には速やかに市役所機能と消防機能で対策本部が開設できます。市民が一番利用する業務を1階2階に集中し、環境に配慮して自然通風・自然採光を採用したり、LED証明や太陽光発電装置の設置もしています。



「ちょうどいいちがさき」という言葉があります。大都会の雑踏程でなく、生活に不便なへんぴな場所でない。人が生活しやすい茅ヶ崎という意味です。

「ちょうどいいちがさき」の事務効率を高めた新しい庁舎がスタートします。



開庁時間：月曜日から金曜日

8時30分から17時まで

（休日・年末年始を除く）

住 所：〒253-8686

神奈川県茅ヶ崎市茅ヶ崎一丁目1番1号

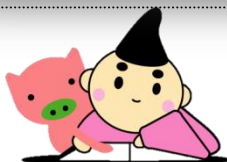
電 話：0467-82-1111（代表）

FAX：0467-87-8118（代表）

まなびの市民講師紹介

P2. 医療費節約 Café 市村のぼるさん

P3. 写真撮影 小西昭夫さん





あなたの学びのお手伝い

昭和女子大学 現代ビジネス研究所 研究員

市村のぼるさん

医療費節約 Café



医療費ゼロの習慣を身につけて人生をエンジョイしましょう！

私は長らく医療分野の仕事に従事して、民間病院や公立病院の事務長などを務めて参りました。事務長としての第一の役割は病院経営の効率化で、当時の課題は病床回転率の向上をはかることでした。しかしこれでは、客室利用率の向上をめざすホテル経営と大差ないと思いました。考えてみると、事務長という立場は医師、医療設備技術者、看護師、薬剤師など医療の現場に働く専門家と患者との間に居るわけです。この立場での経験を通じた複眼的思考から、健康と医療についてよりグローバルな立場の問題提起をするのが、私の役目と考えるようになりました。

生老病死といわれる人の一生の過程には多岐なテーマが含まれていて、一概に論じられません。しかし、健康が幸福な生活の基盤と考えれば、なるべく医者にかからず、薬も飲まず、つまり「医療費ゼロをめざすには、どうしたらよいか？」というテーマに取り組むのが私の使命だと考えたのです。

この講座のポイントは3つ

1. 日本の医療システムの仕組みについて

- (1) 病院という組織とシステム
- (2) 医師、看護師、医療設備技術者、薬剤師などの役割
- (3) 病院、医院、薬局などの役割分担
- (4) ジェネリック医薬品とは
- (5) かかりつけ医とともに、優れた薬剤師のいる薬局をかかりつけに
- (6) 医療費の仕組みなど



2. 予防医療について

病気に罹らないための健康の維持や生活衛生への留意点や、運動、食生活、睡眠などについて日常的に心がける必要のある事柄と、意外な落とし穴などの全人的な話題を紹介します。



3. 医療との関わり方について

通院・入院中の留意点、おまかせ医療ではなく、患者として主体的に医療と向き合う「かしこい患者」になるための方法を紹介します。



医療費を節減して、生活をより楽しく！

TVなどで頻繁に報道されるように、医療費は国家財政を圧迫し、福祉予算の削減を促しています。それに私達個人にとっても、医療費はマイナスの投資なのです。医療費を払わずに済めば、そのお金で、ホテルでの豪華なディナーや、家族旅行を楽しむとか、ピカピカの新車を手に入れられるなどといったプラスの投資ができ、より生活を豊かにできることでしょう。更にこれは国民生活全体を豊かにして、国家の繁栄にもつながることでしょう。以上についての皆さんとの活発なお話し合いをしたいと願っています。



「まなびの市民講師」の横顔

一般社団法人日本写真講師協会フォトインストラクター、
フォトマスター検定エキスパート

小西昭夫さん

写真は心で撮るもの、そして 同好の人々との出会いを大切に

プロフィール

若い頃の小西さんは山男で、会社勤めの僅かの際に、高山の頂からの眺めなどを撮ることから写真を始められました。やがて家庭を持たれて、ご家族から危険な山登りを諫められ、安全な山歩きが主となり、中腹に咲く花や、地上の風景を撮る楽しさを体感されるようになったそうです。そして技術を磨くために会社の帰りに写真学校の夜学に通い、また数々のフォトコンテストに応募して、入賞・入選を重ねて来られました。そして現在は写す心を大切にされた、小西さん独自の世界を築かれておられます。それとともに、ご自身の体得された事柄や考え方などを後に続く人々に引き継がれることを願われて、市内の青少年会館や公民館などの写真教室でアドバイザーを務めておられます。



写真についての考え方

写真では撮る人の対象への感動や、憧れが大切です。構図、アングル、焦点を決めるのは心だからです。美術工芸品のカタログ写真のように、単に対象物をキチンと撮った、いわゆる「ブツドリ」では心は伝わりません。また初めから最新鋭の機材、服装、撮影旅行用の車などを揃えて自慢する「カッコマン」では、直ぐ熱が冷めて趣味として定着できません。機材はコンパクトデジタルカメラで充分です。

技術の向上にはコンテストへの挑戦をお奨めします。しかし、人の好みを意識してばかりいては「自分の写真」になりません。コンテストはあくまで技術向上の通過点と考えて、程々のタイミングで自分自身の世界への広い道を歩んでゆくことが大切です。

広い道を歩むとは広い心を持つことです。広い心を持つためのひとつは、多くの趣味を楽しむことです。私の趣味は散歩、囲碁、料理で、ことに散歩は健康維持のほかに取材のために役立ち、時には図らずも素晴らしい情景に出会えます。私にとって写真は「趣味」でなく「道楽」なのです。もうひとつは「出会い」を大切にすることです。一人でやっているのは独善的になり、他人を感動させる作品にはなりません。先生のアドバイスや仲間との切磋琢磨が感動的な作品を生むためには欠かせません。良い出会いは奇跡的な幸福ですから、きっと貴方の人生の宝となるでしょう。

指導方針

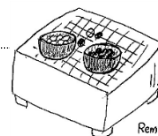
上目線からご自分の流儀を押し付けるのではなく、写真を撮った人の意図や心が惹かれたものなどを聴き出し、それらに対しての適切な撮り方を指導・助言などをなさるとのことです。

アドバイザーを務めている写真クラブ

- ◆鶴嶺写真クラブ（会長：田村順一さん）
 - ◆松林写真クラブ（会長：矢内良一さん）
 - ◆写遊クラブ（会長：柴宮安雄さん）
 - ◆写人会（会長：郡牧子さん）
 - ◆風景写真の会（会長：葛原卓爾さん）
- 茅ヶ崎

毎月第2土曜日 9時～
毎月第2日曜日 14時～
毎月第3木曜日 13時30分～
奇数月第3火曜日 13時30分～
毎月第3土曜日 9時30分～

鶴嶺公民館2F
松林公民館2F
茅ヶ崎地区コミュニティセンター2F
茅ヶ崎市民ギャラリー3F会議室
萩園いこいの里3F会議室



～関心のある方は尋ねられてはいかがですか？

まなびの市民講師登録人数 61人 （平成28年2月1日現在）



私の第一歩



『子どもの本を楽しむ』

子どもの本を読む会

代表 寺田恵理さん

数年前に自分の子どもの小学校で読み聞かせを始めて、子どもの本についてもっと知りたいと思っていたところ、この会の方に紹介していただき入会をしました。会では本について意見交換をしたり、小和田公民館の催し物のお手伝いで子ども達と一緒に本を楽しんだり、年に一回、講師をお招きして講演会をしたりしています。今まで赤羽末吉先生ほか児童文学の先生方にいらしていただきましたが、今年は写真家で絵本作家の森枝卓士先生を招いて子どもと食にまつわるとても興味深いお話を伺えました。



これからも会の活動を通して子どもたちと本を読む楽しみを深めていけたらと思っています。

ご連絡先：090-9976-8306

(代表 寺田恵理)

会員数：23人

会費：年間 500円

日時：毎月 第3木曜日 10時から12時

場所：小和田公民館



近ごろ思うこと

まなびの市民講師

ベビーマッサージ てらさき いずみさん

泣き虫で小さな赤ちゃんだった長男が今年は高校生になります。私の背を追い越しすっかり頼もしくなった長男。こんな日が来るなんて考えられなかった乳児期の子育ての日々。最近は赤ちゃんと一緒に外出できる場所やイベントが増え、嬉しく思います。しかしお出掛けだけでは子育ては楽になりません。泣いてぐずってこちらまで泣きたくなる事もしばしば。でもそんな時期を懸命に向き合い子育てしたからこそ親としての自信が付き子どもとの絆が深まったと感じています。もう私の出番は少ないけれど、これからは彼を信じ片目をつぶり、手を下さず、見守りたいと思う日々です。



街角

「ミミのおはなし」

まだ小さかった頃の或る夜、私は知らない町で車から降りられて一人ぼっちになりました。朝がきて、私に気づいたAさんの奥さんが食べ物と水をくれました。それから近くの皆さんに可愛がられて色々なご馳走を食べて、Aさんの家のそばの茂みに住み着きました。ある日、私は大きな猫にいじめられて怪我をしました。そこでAさんは私を病院へ連れてゆき、そうして「ミミ」という名前で家族にしてくれました。お部屋で暮らして窓の近くにいと「あら、すっかりお嬢ちゃまになって!」と話しかけてくれたお姉さん、「あ、ミミがいる!」と声をあげる坊や、私の「ニャーオ!」に「ミミちゃん」とお返事をしてくれるおじさんがいます。また暫らく私を見ないと「ミミちゃんは元気ですか?」とAさんに尋ねるおばさんもいるそうです。こうして私は家猫になってからも、周りの優しい皆さんに可愛がられています。

(S/W)



まちスポ×エコー
スペシャルコラボ

編集後記

好きな事は人それぞれ。でも、みんな同じなのは、好きな事をしている時の楽しそうな顔。どうやらこれが一番の健康法かも…。そんな顔があふれる町になりますように。

MS



ひととき

「11月 19日の作品より」

新しい浜見平の憩いの場

ましこ

しろやまの芝そまりゆく冬構え

りつこ

石路の花を揚げば天高し

しのぶ

丹沢に雲が覆う富士の峰

勝男

まちスポの秋色の木ぎ語り出す

あつこ

秋の日に子どもたちの声ほとする

さなえ



詳しい生涯学習情報は「マナコレ」でチェック!!

URL <http://www.mana-colle.com/>



マナコレ QRコード

*未発表の短歌・俳句作品を募集しています。下記宛先へ3月1日(火)までにご連絡ください。

*次号(第73号)の発行予定は、平成28年5月1日です。

いつでも どこでも だれでも なにからでも

発行・編集 エコー・ちがさき編集委員会

〒253-8686 茅ヶ崎市茅ヶ崎一丁目1番1号 茅ヶ崎市文化生涯学習部文化生涯学習課

TEL0467-82-1111(代表) FAX0467-57-8388 E-mail: bunkashougai@city.chigasaki.kanagawa.jp

PC用 URL <http://www.city.chigasaki.kanagawa.jp/> 携帯用 URL <http://mobile.city.chigasaki.kanagawa.jp/>

