



深谷市長
新井家光

みびょう
未病からの脱出

先日とある都内の大学で、笑い与健康についての講演を行いました。最近では笑い与健康について関心が高く、会場はすべて埋め尽くされていました。笑い与健康についての医学的な研究は今後の成果を見守りたいと思いますが、研究成果を抜きにしても、笑った後には晴れ晴れとした気分になるから不思議です。それが健康の源ということでしょうか。「笑い」が心のリフレッシュとすると、体もリフレッシュが必要です。心身をリフレッシュする代表的なものにレクリエーションがあります。レクリエーションの語源はラテン語の re-create ("再び創る"という意味)と考えられています。一方、辞書を引くと、「仕事や勉強などの疲れを、休養や娯楽によって精神的・肉体的に回復すること。また、そのために行う休養や娯楽」と出ています。要するにレクリエーションという言葉には

「作り直す」「回復する」「元気づける」といった意味があり、健康な人はもちろんのこと、身体的・精神的な障害があっても、その障害に応じて行うことができるものです。

深谷市では、市民の皆様が気軽にレクリエーションに親しみ、楽しんでいただき、健康づくりやその活動を通じてさまざまな年齢・性別のかたと交流をしていただけるよう、各種の教室を開催しております。また、広報ふかやを通じて、市内のスポーツ・レクリエーション団体が開催する各種教室・大会もご紹介しております。

また、近年の予防医学の普及からでしょうか、「未病」という言葉をよく耳にします。未病とは病気ではないが、健康でもない状態を指し、多くのかたがそのように自覚されているそうです。そうした状態を改善するためにも、市民の皆様には笑いと言語を生活に取り入れ、心身ともにリフレッシュし、病気にならない楽しい生活をお送りいただきたいと思います。

病気の治療薬よりも、それを防ぐ方法を私は探す
ルイ・パスツール

「安心で安全な学校」のために

1 川本中学校のグラウンド復旧整備工事

昨年9月6日に日本列島に上陸した、台風9号の影響により、荒川の河川敷を利用して設置されている川本中学校のグラウンドは大きな被害を受けました。

このため、市では早急に復旧整備工事に取り掛かり、昨年12月25日に復旧作業が終了しました。



台風翌日(9月7日)正午ごろの川本中学校の様子



改修前



改修後

川本中学校グラウンド復旧整備工事の概要

【工期】平成19年10月1日～12月25日
【工事費】25,326,000円
【内容】クレー舗装工事 19,900㎡ 土砂処理工 260㎡ その他体育施設復旧工事

2 川本北小学校の南校舎改修工事

川本北小学校の南校舎は、昭和48年度に建設され、今年度で34年が経過しています。

この校舎は老朽化が著しく、耐震補強も行われていなかったことから、今回の大規模改修工事と併せ、耐震補強工事も実施しました。



改修前



改修後

川本北小学校南校舎大規模改修工事の概要

【工期】平成19年6月4日～9月28日
【工事費】130,305,000円
【内容】内部・外部改修工事 屋上防水改修工事 耐震補強工事 電気設備改修工事 機械設備改修工事

公民館などの公共施設では、毎日さまざまな種類の団体が活動しています。まずは、身近なスポーツやレクリエーション活動から「生きがい」を見つけてみませんか。

【問い合わせ】

9280へ
興課内・573
務局(スポーツ振
ポーション少年団各事
ーション協会、ス
体育協会、レクリ

市内で活動する
スポーツ・レクリエーション団体

体育協会～本気で運動！目指せ全国～

空手道、弓道、剣道、ゴルフ、サッカー、山岳、少林寺拳法、柔道、水泳、スキー、ソフトテニス、ソフトボール、卓球、テニス、バスケットボール、バドミントン、バレーボール、ボウリング、野球、ラグビー、陸上競技、武術太極拳、ソフトバレーボール

レクリエーション協会～たのしく活動！健康志向～

民踊、ボールルームダンス、ゲートボール、フォークダンス、レク指導、八木節、ペタンク、グラウンド・ゴルフ、ウォーキング、3B体操、合気道、和太鼓、フラダンス、フットベースボール

スポーツ少年団～運動から始まる体づくり～

サッカー、ジュニアバレーボール、ミニバスケットボール、野球、ソフトボール、空手道、柔道、剣道、卓球

「沈黙考」ワンポイント解説
レクリエーションは「生きがい」づくり
「生きがい」とは、「生きる張り合い。生きていてよかったと思えるようなこと。」
スポーツや芸術文化活動に参加することは、生活に張り合いが生まれるばかりか、その経験が大きな自信につながります。