

地域力通信 Vol.16



2022年9月1日発行

鎌倉市議会議員 無所属

会派：夢みらい鎌倉
委員会：教育福祉常任委員会・議会運営委員会・議会広報委員会



防災の日(9月1日)に向けて鎌倉市総合防災訓練実施

皆さまこんにちは。コロナ第7波の猛威が続いていますがお変わりありませんでしょうか。市内各地ではお祭りの再開により地域コミュニティの復活に向け少しずつ動き出しているようです。

そんな中、鎌倉市では防災の日に向け8月23日に総合防災訓練が行われました。この訓練は行政だけでなく消防、警察、自衛隊、ライフライン事業者（電気、ガス、水道、通信等）、そして市内各種団体が参加し緊張感の高い訓練が行われました。大きな災害がない事を祈りますが、「いざ」に備えたこの様な日頃からの訓練が大切になります。各地域、ご家庭におかれても「いざ」の備えの再確認をお願いします。



中里成光 (なかざとしげみつ)

稲村ガ崎5丁目在住

1969年生まれ52歳。約20年前に現在の住まいである稲村ガ崎に豊かな自然を求めて移住。現在、妻と2人の息子との4人家族。ライフワークが地域活動であることから、議員としての行動テーマを「地域力」とする。

市議会レポート

しぎちゃんの一言

小さな動きが世界を動かすこともある。さあ足を踏み出してみよう！



9月定例会始まる 令和3年度決算審査等

令和4年度9月定例会が9月7日(水)より始まります。

▶ 主な議案

- ◆ 各種条例の改訂
- ◆ 国からの「新型コロナウイルス感染症対策対応地方創生臨時交付金」による補正予算（原油価格・物価高騰に対応するための経費 / 介護保険サービス事業所支援補助金 / 中学校給食賄費 / 民間保育所等給食費補助金 / 障害福祉サービス等事業所支援補助金 / 肥料等高騰支援補助金）等14件の経費に対する審査
- ◆ 令和3年度鎌倉市一般会計歳入歳出決算
- ◆ 特別会計6件の認定
決算の認定には特別委員会が組織され、9名の委員により予算執行の妥当性が慎重に審査されます。



「鎌倉の移動を楽にする」有志議員による政策法務研究会発足

鎌倉ではこれまで丘陵地を切出し住宅団地の造成を多く行ってきた経緯があります。そのため電車バスの駅・停留所から離れていたり、最後に急坂を登って家にたどり着くようなエリアが点在し、多くの市民の皆様から新交通システムに対する要望をいただきました。

これらの要望に対し鎌倉市議会では会派を超えた「政策法務研究会」を発足させ、定期的に下記内容に沿って活動をしてまいります。

▶ 活動計画及び内容

- ◆ 市内における移動手段の調査・研究（事業者・介護事業者民間移送も含む）
- ◆ 他自治体等における取組状況を専門家の招聘、視察などを実施し、本市における新交通システムの実現に資する提言作成を目指す



イメージ画像



七里ガ浜に建つエリアナ・パヴロバ顕彰碑復旧修繕のためのガバメントクラウドファンディング始まる！

「日本バレエの母」エリアナ・パヴロバ顕彰碑復旧修繕のため、ガバメントクラウドファンディング(GCF)を利用し寄付を募っています。顕彰碑は海に近く、現状ステンレス製のアーチにはサビ・汚れがみられ、敷地内の擁壁や階段はひび割れなどがあることから、修繕を行います。

1919(大正8)年にロシア革命を逃れて来日したエリアナ・パヴロバが1926(大正15/昭和元)年頃、鎌倉七里ガ浜に日本初のバレエスクールを設立しました。この教室からその後の日本バレエ界を支える多くの舞踊家が巣立ち、エリアナ・パヴロバは「日本バレエの母」と呼ばれています。

1986年(昭和61年)、バレエスクール跡地にエリアナ・パヴロバ顕彰碑が建てられました。



パヴロバ顕彰碑

- [募集期間] 令和4年(2022年)8月1日(月)～10月13日(木)
- [目標金額] 297万円
- [使 途] エリアナ・パヴロバ顕彰碑復旧修繕と説明板製作
- [返 礼 品] なし

詳細・応募は右の二次元バーコードから →



地域力UPキャンペーン

一人ひとりが出来ることを続けよう!!

豊かな自然と歴史を次代に残すため。

ご近所の皆様もお気軽にご参加ください。



今月の予定

- 日時: 令和4年9月18日(日)9時～(1時間程度・雨天中止)
集合: 稲村ガ崎自治会館前(稲1-15-32)
持物: 長靴、手袋等
- 日時: 令和4年9月24日(土)9時～(1時間程度・雨天中止)
集合: 七里ガ浜セブンイレブン駐車場
持物: 軍手、トング(あれば)

活動メンバーを募集しております。ご興味ある方は official@nakazato-shigemitsu.jp (下記QRコード)まで



地域力Cafe

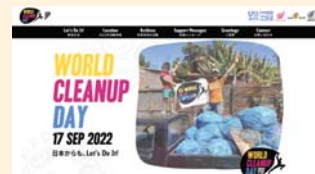
9月17日はWORLD CLEANUP DAY!

始まりはたった9人のエストニア人。我々も小さな動きから大きな「地域力」を育てていければ。

2008年、北欧の小さな国、エストニアで若者9人が、不法投棄されたゴミがあふれた森林をきれいにしようと呼びかけました。わずか5時間で1万トン以上の不法投棄ゴミの除去に成功しました。現在では世界で約2,000万人が参加するイベントです。

たった9人の意志・情熱が世界を動かしました。「やれば出来る!」という力強い意志となり、挑戦へと繋がっている。そんな意志ある日です。この鎌倉からも多くの方が気づきを持ってきっかけの日!!

(出典 WORLD CLEANUP DAY JAPAN HP)



<https://worldcleanupday.jp/>

健康経営

健康についての知識と実践法をご紹介します。健康経営アドバイザー・健康管理士一般指導員・ヨガ指導者 中里えみこです(^^)



【健康計画 具体的なちいさな実践】

さて、前回お伝えした健康の3本柱「**飲食**」「**排泄**」「**睡眠**」がうまく行く実践を始めましょう!

- ・早寝早起き → ホメオスタシス調整、快眠
- ・白湯を1時間にコップ1杯飲む → 循環、排泄
- ・食べ物をよく噛む → 唾液分泌、消化促進
- ・野菜、果物を食べる → 腸の活性、繊維や栄養の補給

- ・深呼吸(目安:鼻で吸う4秒、吐く8秒) → 肺強化、睡眠など
- ・壁空気椅子1分(踵の真上に膝) → 下肢、心臓、メンタル強化

他にも仲間と練習方法をシェアしたり声をかけ合いながら、日常を快適に豊かに過ごすための練習を! 慣れるまで頑張れば習慣になります。

facebook.com/rastashige

twitter.com/rastashige7 @instagram.com/rastashige/

市政のこと、鎌倉のこと、どんな小さなことでも皆さまの声をお聞かせください!

お問い合わせは公式ホームページまたは →



中里しげみつ事務所

〒248-0024 鎌倉市稲村ガ崎5-38-19-2
TEL:090-3407-8699

公式ホームページ →

