



2023年5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、新庁舎等整備に関する調査特別委員会



# 鎌倉市議会報告会・公聴会開催

皆さまこんにちは。新緑が眩しい季節になりましたがいかがお過ごしでしょうか。新型コロナも今月8日より感染症部類が2類から5類へ変更予定となり大きな節目を迎えます。いよいよ本格的なポストコロナの時代に突入ですね。

さて今月は鎌倉市議会の議会報告会・公聴会が2日間にわたり開催されます。議会への意見などをお伝えいただける機会ですので、多くの方のご参加をお待ちいたします。

### ▶▶▶ 鎌倉市議会議会報告会・意見聴取会概要 ◀◀◀

#### 【議会報告】

2・3月議会における各常任委員会・令和5年度予算等審査特別委員会正副委員長からの報告など

#### 【意見聴取】

テーマ『～市民みんなで考えよう～ 子育て世代が鎌倉市にもとめるもの』

#### 【開催日時/場所】

5月20日(土) 10時～12時  
／大船学習センター 第1集会室  
5月21日(日) 14時～16時  
／鎌倉市役所議会全員協議会室・オンライン同時開催  
※それぞれ定員に限りがあります。

鎌倉市役所HP 議会報告会



**鎌倉市議会 議会報告会**

報告します！  
2月定例会の内容を、議員自身が市民の皆様に向けてわかりやすくお話しします。

～市民みんなで考えよう～  
子育て世代が鎌倉市にもとめるものをテーマに、議員が市民の皆様からご意見を伺います。

5月20日(土) 10:00～12:00  
対面 大船学習センター 第1集会室  
5月21日(日) 14:00～16:00  
対面 鎌倉市役所議会全員協議会室  
オンライン 同時開催

申し込み方法  
参加を希望される方は事前申し込みが必要となります。無料とも先着順です。メール、FAX、電話、e-Kanagawaのいずれかの方法でお申し込みください。

## 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53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。現在は長男が独立し、次男が地方の学校に移住のため妻との2人暮らし。ライフワークが地域活動であることから、自身の活動テーマを「地域力」とする。

ホームページでも情報発信中！

[nakazato-shigemitsu.jp](http://nakazato-shigemitsu.jp)

中里しげみつ  
LINE公式アカウント

友だち追加はこちら

WEB版地域力通信や最新活動情報のほか鎌倉防災情報などを発信！



しぎちゃんの一言

鎌倉市議会は何をしているの!?  
を探りに行ってみよう!!



## 活動レポート

### 被災を免れた宮城県七ヶ浜町役場を訪ねる

鎌倉市と宮城県七ヶ浜町は東日本大震災の復興支援が縁でパートナーシティとなっています。今回の訪問では役場の屋上から町全体を見渡しながら案内をいただきました。

元々は海辺が町の中心だったため、以前の役場は海辺に位置していました。そこへ昭和35年のチリ地震による津波が到達、幸い大きな被害は出なかったものの、町では2年後に高台への役場移転を決行しました。移転にあたっては様々な意見が噴出した様ですが、平成23年に発生した東日本大震災では役場には目立った被害はなく、甚大な被害を受けた町全体の復興に素早く取り組めたとの事です。やはり災害時の司令塔となる鎌倉市役所の早期移転は必須です。



### 石巻市 旧大川小学校で起きたこと

大川小学校では東日本大震災で川からの遡上した津波と海岸からの津波がぶつかり合い、全校生徒108名中74名の児童と10名の教員が犠牲となりました。この場所は海から3.7km離れており、学校での事前の津波に対する危機管理体制の油断が被害を大きくしました。子どもの命を守り輝かせるのが教師や大人たちの「使命」であることを改めて学びました。

起きてしまった事実をしっかりと認識し、この鎌倉でも近い将来起こり得る大災害に対する備えを万全に行うことが急務です。





鎌倉市ピック

# 鎌倉市の老朽化した公共施設について話してみませんか

鎌倉市では4月と5月、公共施設をテーマにした「おしゃべり会」を開催します。

市役所の移転や深沢のまちづくりなど、老朽化にともなう公共施設の更新・再編は、遠からず進めなければならない鎌倉市の課題です。新しい時代の公共施設を作るためには市民の方々から意見をいただきながら検討していくプロセスが必要だと考えています。

七里ガ浜エリアでも下記の通り開催します。参加予約は不要です。

お気軽にご参加ください。

## ▶ 公共施設のあさって「おしゃべり会」

【テーマ】身を守ることと消防施設の“あさって”

【日時】5月14日(日) 10時00分～11時30分

【場所】七里ガ浜町内会館(七里ガ浜1-1-18)

グーグルマップ



市長も参加予定です



(鎌倉市HPより)

地域力UPキャンペーン

## 誰もが住み続けたい「まち」を目指して!!

ご近所の皆様もお気軽にご参加ください。

※ 右の写真は宮城県七ヶ浜町で行なった合同ビーチクリーン活動



### 1 極楽寺川清掃

日時: 令和5年 5月21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



### 2 七里ガ浜ビーチ&タウンクリーン

日時: 令和5年 5月27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、トンガ(あれば)

今月の予定

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



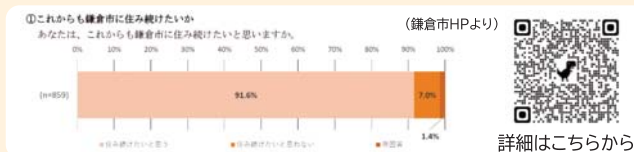
地域力Cafe

(令和5年2月実施)

## 鎌倉市民意識調査結果について!!

第3次鎌倉市総合計画第4期基本計画に関するアンケート調査の詳細が発表されました。

今回の意識調査では鎌倉市の課題が改めて鮮明に現れた結果となりました(女性の働き方、子育てをする環境整備が不十分なこと、すでに行われている施策の周知が行き届かず活用されていない可能性があることなど)。そんな中、下記グラフの通り9割以上の方が「これからも住み続けたい」と回答いただき、皆さんの鎌倉市に対する愛着を強く感じました。中里も議員としてさらに「住み続けたいまち」の形成、またそうでないと感じる1割の方にとっても「住み良いまち」になるため働いて参ります



## 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(^^)



### 【頭が固くなっていませんか?】

脳は豆腐のように柔らかい臓器ですが、使わないと老化・萎縮し、記憶力や判断力、認知機能だけでなく身体機能の低下など、QOL(クオリティオブライフ)に影響を及ぼします。

【脳活を始めましょう!】

- ① 運動習慣: ウォーキングや筋トレ。脳神経の栄養となるBDNFの分泌、脳萎縮改善やストレス緩和。
- ② コミュニケーション: 人と話すのは複雑で高度な行動。➤

➤ 脳の広範囲を刺激。井戸端会議もおすすめですね。

- ③ 勉強・楽器の演奏: シナプス(神経回路)の強化、知的好奇心が脳を活性。アウトプットによって更に広範囲を活性!
- ④ お料理: 食材準備や調理作業の同時進行が脳の広範囲を刺激。DHAを含む青魚は脳を元気にします。楽しいとドーパミンが分泌されて意欲が湧き、ますます脳が活性化されます。Enjoy 脳活!

「QRコード」は株式会社デンソーウェブの登録商標です

facebook.com/rastashige

instagram.com/rastashige/

twitter.com/rastashige7

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! お問い合わせはこちら



中里しげみつ LINE公式アカウント 友だち追加はこちら



中里しげみつ事務所 〒248-0024 鎌倉市稲村ガ崎5-38-19-2 ☎090-3407-8699

