

## 「今だからこそ考えてみたい “生きたコミュニティづくり”とは」



金沢市町会連合会  
副会長 上田 幸男

新型コロナ感染が流行しだしてから3年が経過し、取り扱いも2類相当から5類に変更となりました。そんな中、打合せはインターネットでzoom会議を開催したり、仕事もリモートで在宅勤務となるなどデジタルシステムを活用した新しいコミュニケーションの取り方を模索し、乗り切ろうと頑張ってきました。コロナ禍が収まりつつある今日、コロナ禍前のような活動をしようとしても、一旦途絶えたものはなかなか元に戻らない。コミュニティ活動とは、人と人の繋がりはどうあるべきであるのか、不安さえ覚えています。

人と人をつなぐものは何なのか、「生きたコミュニティをつくりたい」、そんなことを地域づくりに関わるものなら誰もが一度は思い描く課題だったはず。今更ながらコミュニティ活動を持続させる秘訣は何か考えさせられています。

“生きたコミュニティづくり”とは、人と人が寄り添い、日常的に交流できるような場や街を創ることではないだろうか。

そんなコミュニティづくりを実践しているところが、近くにある

ので紹介したいと思います。それは、シェア金沢です。「日常的に人と人とが関わり合える場所を作ろう」を合言葉に作られ、実践されています。そこは、障害者、高齢者、大学生、学童、地域の人等立場や世代の異なる人々が分け隔てなく混ざり合うよう街が形成されているのです。様々な人々が“ごちゃまぜ”のなか、助け合う関りを大切にしながら生活しているのです。

我々が忘れかけている“お互い様”を作り合う懐かしく新しい関係性があります。シェア金沢では“ごちゃまぜ”が日常的な交流を生み、そこに“お互い様”のふれあいが生じているのです。そんなふれあいのある環境が、心身ともに健康で幸福感に満ちた生活“ウエルビーイング”の実現に役立っているようです。シェア金沢に“生きたコミュニティづくり”へのヒントがあるように思います。

ウエルビーイングの実現を目指して“お互い様”が通い合う“生きたコミュニティづくり”に努めたいものです。

## 金沢リサイクルニュース!! ~家庭で #ごみ減チャレンジ~ 「アップサイクル」に取り組もう!

「アップサイクル」という言葉をご存じですか? SDGsの一環として、いま注目されています!

SDGsの目標12:「つくる責任 つかう責任」  
持続可能な消費と生産のパターンを確保する



### アップサイクルとは?

「アップサイクル」とは、ごみとして廃棄されるはずだったものや、古くなったものに付加価値をつけて、「新しい品物」に生まれ変わらせることです。デザインやアイデアを用いて、前の状態からアップグレードさせるのが特徴です。

### 家庭でできるアイデアをご紹介します

- 例① 不要になった服でエコバッグやポーチを製作
- 例② 茶殻やコーヒーかすを消臭剤に
- 例③ 空き缶や空き瓶を小物入れやプランターへ
- 例④ アップサイクル商品を選んで購入する など

### 「アップサイクル品の製作教室」を子育て応援リユースフェアで開催します!

#### 第2回子育て応援リユースフェア

- ◆開催日 令和5年11月3日(金・祝)
- ◆場所 教育プラザ富樫1号館 2階、3階

- ① アップサイクル品の製作教室
- ② 大型育児用品の抽選・提供
- ③ 育児用品のリユース市 など

アップサイクルに  
取り組んでみませんか?

ほかにも分別相談ブースの設置、3R啓発パネルの展示、小中学校の制服・育児用品の回収ボックスの設置などを予定しています!

- ◆申込み  
電子申請サービスから  
お申し込みください

※事前申込制、申込多数の場合は抽選

9月26日(火)  
募集開始

詳しくはこちら→  
※募集開始日から  
ご覧いただけます



第3回子育て  
応援リユース  
フェアは2月  
開催予定です



# 第44回 健康づくりフェア

「発見！未病  
～検診がチャンス～」

日時 令和5年9月23日(土)  
9月24日(日)2日間

会場 金沢健康プラザ大手町  
金沢市大手町3-23  
(金沢城公園 大手門前)

### 【開会式】

9月23日 午前10時～

健康づくり功労者

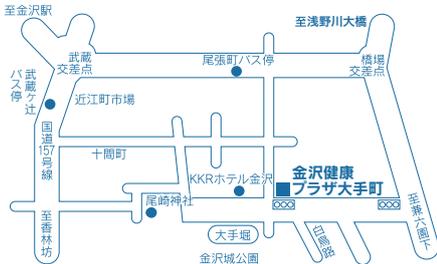
市長感謝状、会長表彰状贈呈など

### 【特別講演】

9月23日 午前11時～

講師 石川県医師会理事  
西村泰行氏

★専門相談、検査、測定など



### ※入場無料

駐車場がありませんのでお車でのご来場はご遠慮ください。

## 令和5年度 第44回健康づくりフェア プログラム

東館 4F	式典	開会式・表彰式	23日(土)	24日(日)
	特別講演	石川県医師会 理事 西村 泰行氏	10:00～11:00 11:00～12:00	
3F	体験	フレイルチェック体験・活動紹介 フレイル予防ミニ講話・実技 音楽・映像を使った健康体操「健康王国」 金沢大手門クラブ活動紹介		10:00～15:00
		嚥下機能チェック・嚥下食の試食・相談 超音波骨密度測定 運動機能チェック		
1F	測定	健康イキキ度チェック 認知症相談・物忘れチェック お口まわりと滑舌相談 聴力測定		10:00～15:00
		セルフ健康チェック (血圧・内臓脂肪・ストレス度・脳年齢) 健康食品等紹介展示・高齢者疑似体験 バランスボールの体験 筋力トレーニングマシンの体験		

西館 4F	専門相談	栄養ミニ講話と試食 食診断とアドバイス・栄養クイズ・展示体験 栄養相談・握力測定・体組成測定・レシピ提供 ベジチェック(野菜摂取量測定) 酸素飽和度測定・在宅介護相談 体脂肪測定・健康相談		10:00～15:00
		未病パネル展示・健康クイズ いきいきシニア介護保険ボランティアポイント手帳 わたしの健康ポイント手帳		
3F	検査	心と体のほぐし処・尿失禁用品の紹介 福祉介護用具の展示・AIによる歩行分析		
		測定	内科相談 歯科相談・ブラッシング指導 血糖値測定	11:00～12:30 13:30～15:00
1F	展示	整形外科相談		13:30～15:00
		眼科相談 耳鼻科相談 薬の相談 メタボチェック・血管年齢測定 尿検査(糖、蛋白、潜血) 鍼・灸・あん摩マッサージ指圧体験	13:30～15:00	13:30～15:00
東館 1F	健康勸奨	健康クイズラリー		
	非常食	アルファ米紹介・風呂敷展示		
	子供あそび	バルーンアート・スカットボール・輪投げ		10:00～15:00
	飲食	キッチンカー 総合受付 花苗券引換え所		

※都合により変更になる場合がありますので予めご了承ください。  
お問い合わせ先 金沢・健康を守る市民の会 ☎ 076 (222) 0103

フレイルサポーターの仲間になって、楽しく社会参加をしてみませんか？

## 第7回 フレイルサポーター養成講座

内容 講話と実技(フレイルチェック)

開催日 9月7日(木)・8日(金)の2日間

会場 金沢健康プラザ大手町 東館

費用 無料

対象者 フレイル予防のボランティア活動ができる方

定員 20人程度



フレイル…加齢とともに心身の活力が低下した状態。

詳細は [「金沢フレイル予防ネット」](#) で検索！

URL <https://www.kanazawa-fureiryubou.net>





# 「緑あふれる金沢」写真コンテスト 作品募集中!

季節感に富み、緑豊かな金沢の風景写真を募集しています。  
皆さんの自慢の一枚を、ぜひ応募ください!



## 【応募について】

- ・令和4年以降に金沢市内で撮影された風景写真が募集対象です。
- ・作品の裏側に、①**作品名** ②**撮影場所** ③**応募部門** ④**住所** ⑤**氏名**
- ⑥**電話番号** を記入し、当会事務局へご提出ください。
- ・1人10点(各部門2点)まで応募可能です。

※今回は応募部門に春夏秋冬の他、こなん水辺公園部門を設けています!

## 【サイズ】

A4もしくは四つ切りサイズ  
(ワイド不可)

## 【応募締切】

令和5年9月8日(金)



## 【賞】

グランプリ1点、こなん水辺公園賞  
1点、優秀賞4点、佳作 若干

## 【共催】

金沢市・緑を育て金沢を美しくする会

【応募先・お問い合わせ】

〒920-8577

金沢市広坂1丁目1番1号

金沢市役所緑と花の課内

緑を育て金沢を美しくする会事務局

電話 076-220-2356



前回のグランプリ作品  
「雨上がりのツツジ」大乗寺丘陵公園  
林 裕晃

## イベント内容(催し物)

- ◇ローズソムリエ 小山内 健さんのローズトークショー
- ◇公式ローズガール就任 ステージ&トークショー
- ◇バラ品種宛てチャレンジ ◇ローズブックフェア ◇寄せ植え教室
- ◇ウッディアート ◇青空ヨガ教室 ◇GPSアート・ジョグ&ウォーク
- ◇ポールウォーキング教室 ◇あそぼう広場 ◇若い力チャレンジ他



## スポーツとみどりdeハッピーフェスタを 開催しました!



5月21日(日)に、金沢南総合運動公園において、スポーツとみどりdeハッピーフェスタ(金沢市スポーツ事業団主催)が開催されました。  
バラ公園の魅力さらにもっと多くの方々に発信するべく、「ほくりくアイドル部」のみなさんに広報大使として「公式ローズガール」に就任していただいたほか、様々なスポーツとみどりに関する催しが行われ、大盛況のイベントとなりました!