

運動で健康維持



さいとう こうじ
齊藤 紘治さん (植野)

に
こ
ん
こ
ら
い
ふ

133

大切な家族



しももと ぎんじろう
下元 銀次郎さん (小籠)



2年ほど前からスカッシュバレーをしています。健診で「メタボ」と指摘されたので何か運動をしようと思い、始めました。学生時代にバレーボールをしていたので、入りやすかったですね。週に1、2回、練習に行っています。スカッシュバレーは老若男女楽しめるので、生涯スポーツとして最適だと思います。本当に楽しいです。他には、1年ほど前からパークゴルフもしています。長い距離を歩くので、結構な運動量になります。先日、スカッシュバレーの仲間内でコンペを行ったのですが、見事優勝しました。

妻と子ども2人の4人家族です。仕事はコーヒーやレトルト食品、調味料の卸で、高知市内の喫茶店などを回り、配達や新規開拓の担当をしています。趣味は、小学校の時から続けているサッカーで、今年から県社会人リーグの1部に昇格したのですが、レベルが高く苦戦しています。2人目の子どもが生まれたので、休日は今までより家族と過ごす時間を大切にしています。今の目標は、自分が親からしてもらったことを、子どもたちにも同じようにしてあげることです。

南国市・高知大学共催事業

南海地震に備える

～東北地方太平洋沖地震の教訓と
災害に強いまちづくり～

3月11日に発生した東北地方太平洋沖地震では、地震の揺れや津波の襲来により多くの人命が奪われました。さらに、首都圏近辺の臨海地域では広範囲で液状化が発生し、市民生活に多大な影響を及ぼしました。本講座では、東北地方太平洋沖地震の被害を紹介します。大地震の教訓を生かした、南海地震に負けないまちづくりを考えましょう。

- とき／9月3日(土)10:00～11:30
- ところ／高知大学物部キャンパス (農学部)
- 講師／原忠
- 募集人数／200名
- 申込締切／8月25日(木)

高知県特産の和牛

～土佐あかうしについて～

高知龍馬空港を利用したとき、のんびり草を食む“褐色の牛”を見たことがありますか？この牛は大学で飼養している土佐あかうし（正式名：褐

高知大学農学部教養講座

毛和種高知系）という高知県特産の和牛です。本講座では、全国で約2,500頭しかいない貴重な土佐あかうしについて、実際の飼育現場を見学しながら親しんでいきましょう。

- とき／9月10日(土)10:00～12:00
- ところ／高知大学物部キャンパス (農学部)
- 受講料／450円
- 講師／松川和嗣
- 募集人数／20名
- 申込締切／9月1日(木)



フルーツ野菜の育て方

全国各地で生産されるようになってきた、果物のように甘みの強いトマトは人気が高く、市場でも高値で取り引きされています。このような甘いフルーツ野菜（フルーツトマトなど）の作り方について学び、栽培にチャレンジしてみましょう。

- とき／9月17日(土)10:00～12:00
- ところ／高知大学物部キャンパス (農学部)
- 講師／山根信三
- 募集人数／30名
- 申込締切／9月8日(木)

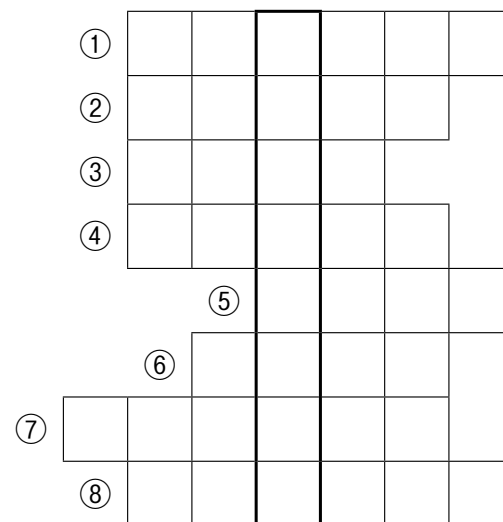


※申込先・お問い合わせは、生涯学習課生涯学習人権係（☎880-6569）まで

親子クイズ 471

Q 太枠に入る文字は何でしょう？

*ヒント…人気はゴーヤ



- ① 絶景かな。岡豊城跡の詰に期間限定で建つ
- ② 「土佐の食1 グランプリ」今年のチャンピオンは
- ③ 白木谷といえば
- ④ 稲生・十市を結ぶ〇〇〇〇〇トンネル
- ⑤ 細川半蔵の〇〇〇〇人形
- ⑥ ハウス栽培が盛ん。ナス科の植物
- ⑦ 東日本大震災の被災地でも大活躍
- ⑧ 新生「後免のヒーロー」デビュー

【第470回解答】

答え：よさこいまつり

【第470回当選者】

吉岡 恵子 (領石)
小松 孝 (比江)
窪田 真衣 (篠原)
西森 佳代 (大浦甲)
森国 美恵 (十市)

★応募総数／109通

★正解率／97%

親子クイズは、広報委員が毎月順番に考えています。

■応募締切／8月15日(月)必着

■あて先／〒783-8501

南国市大浦甲2301

南国市企画課「親子クイズ」係

■賞品／正解者の中から抽選で、5名に図書カード(1,000円)を贈呈

東日本大震災の悲惨さと復興に向けての課題の深刻さが、日がつにつれ明らかになっています。震災、特に津波では多くの方が犠牲になりました。中でも被災者には高齢者が多いことが報道されています。「地震発生が午後3時前であり、多くの高齢者が家にいたことが背景にある」とされています。

大地震や津波の発生が心配される高知県では、今後の地震・津波などに対する災害対策が課題となっています。そこで少し気になることがあります。それは、防災委員会のメンバーに女性が一人もいない市町村があったと聞いたことがあるからです。メンバーがすべて男性である理由は、委員が充て職(職に就いていることにより委員となる職)で、委員のほとんどは災害復旧に関する企業や関連事業の長ということでした。そういう会社や機関の長は、ほとんどが男性であるためだそうです。

復旧は必要ですが、その前に、まず災害を防止する、または少しでも軽くするための委員会に高齢者や障害者、妊娠中の女性など社会的弱者とされる方たちが含まれていないと聞いてたいへん驚きました。その後、この委員会には女性もメンバーに加わったというこ

震災と弱者

とを聞きました。災害はいっ起ころるか予測することが困難です。普段から災害の時のことを考え、避難方法や救助方法を想定し、被害を少しでも減らすというのが、防災や減災の狙いと考えられます。そのために防災対策の議論には、住民のいろいろな声が反映されることが必要ではないでしょうか。

今回の被災地では、防災計画で高齢者の避難計画はどうなっていたのでしょうか？若く健康な方ですら簡単には逃げられなかった今回の大津波ですが、そうであれば、なおさら、高齢者や障害のある方など、ハンディのある方たちの避難計画を立てることはとても大切だと思われま。そうしたハンディのある方たちにも開かれた個別避難計画といったきめ細かい防災プランが作られるよう期待したいと思っています。

*このシリーズは、あなたとあなたの周りにいる人の間に温かなつながりが生まれることを願い、人権について考えるきっかけになることを目的としています。

※お問い合わせは
人権啓発広報委員会
(☎880-6569) まで

10 人権学習シリーズ