

特集 台湾新北市石門区との 姉妹都市提携30周年



美 浜町と台湾新北市石門区とは、昭和63年8月に姉妹都市提携を結んでおり、今年8月に提携30年を迎えました。

町と石門区では、これまで中学校間のホームステイ事業を軸とした30年に及ぶ交流によって築かれた信頼関係をより強固なものとするため「姉妹都市提携30周年記念式典」および「祝賀会」等を8月4日に石門区役所で開催しました。

式典には、山口町長をはじめ、町議会議員や美浜ライオンズクラブの会員、ホームステイ事業に参加する美浜中学校生徒、過去にホームステイ事業に参加された町民の方等、美浜町から計101人が出席しました。

今月号では、新北市石門区との姉妹都市提携について、提携から現在までの経過や式典当日の様子、美浜中学校生徒によるホームステイ事業についてお知らせします。

姉妹都市提携から2年後の平成2年には、第1回となるホームステイ事業が実施されました。翌年には石門郷からのホームステイ受け入れを行っており、この交流は現在に至るまで途絶えることなく続けられています。



↑第1回ホームステイ事業に参加した生徒たち

姉妹都市提携10周年の際には、美浜町で記念式典や祝賀会等を開催し、石門郷訪問団の来町のもと、盛大にお祝いしました。

また、行政や学校だけではなく、議会やライオンズクラブ同士においても、それぞれ行き来をする等、友好を深めています。



↑石門区で開催された町の訪問団を迎える歓迎式典



↑2ヶ国語で進められた調印式

姉妹都市提携締結に係る経緯と現在までの交流活動

昭和

和62年、国際交流の機運が高まる中で、7月と8月に台湾省行政院原子能委員会一行が関西電力(株)美浜発電所の視察に来町されました。視察には当時の石門郷長も同行されており、友好樹立の話が持ち上がりました。その後、幾度となく町と石門郷を行き来して、友好関係の早期実現のための調整を図り、昭和63年6月の町議会定例会に「美浜町と石門郷の姉妹都市に関する協定書」を提案し、議決されました。

現在までの交流活動

友好樹立の協議がはじまつてから1年後の昭和63年8月10日に、石門郷・美浜町姉妹都市提携調印式が町の中央公民館で行われ、姉妹都市提携が実現されました。

式典では、当時の綿田光雄町長と劉烈郷長が「恒久の友誼を樹立し、両町郷の発展と両町郷民の連帯強化を図るため姉妹縁組盟約を締結する」との協定書に署名・交換して、未永い友情を誓い合いました。

新北市石門区ってどんなところ？



新北市石門区は、台北から北へ25kmに位置する台湾最北端の街です。平成22年12月に行政区が再編され、「石門郷」から「新北市石門区」に名称が変更されました。

面積は51.26km(美浜町の約3分の1)、人口は約1万2千人です。烏龍茶やシイタケ、タケノコ、蘭の産地として有名で、12kmにも及ぶ海岸線は景観がすばらしく、絶好の避暑地になっています。

美浜町と新北市石門区との交流のあゆみ

年次	交流内容
昭和62年7月	台湾省行政院原子能委員会一行が美浜原子力発電所視察のため来町。
昭和63年8月	石門郷長ら21人の使節団が来町し、姉妹都市提携に関する協定書に調印。
平成2年8月	町ジュニア対外交流団20人が訪台。石門中生徒宅でのホームステイや交流授業等を体験。
平成3年2月	石門中生徒ら20人が来町。美浜中生徒宅でのホームステイや交流授業等を体験。
平成3年9月	美浜ライオンズクラブの会員10人が石門郷を訪れ、両クラブの姉妹都市提携を結ぶ。
平成4年12月	町役場新庁舎の落成を祝い、祝賀団が来町。
平成9年11月	本町で姉妹都市提携10周年記念式典を実施。
平成9年12月	姉妹都市提携10周年記念の台湾訪台「友好の翼」を計画し、町民87人が石門郷を訪問。
平成23年6月	東日本大震災後、石門区から義援金をいただく。
平成29年6月	石門豪雨災害後、石門区へ義援金を贈る。
平成30年8月	石門区で姉妹都市提携30周年記念式典を開催。

現在に至るまで毎年ホームステイ事業を実施

福井県美浜町・新北市石門区姉妹都市30周年
記念式典および祝賀会を開催



獅子舞

太鼓



石門区長との記念品交換



石門区長あいさつ

町長あいさつ



新北市副市長との記念品交換



陳氏への感謝状贈呈

游氏への感謝状贈呈



式典出席者



両町区の行政、議会

8月4日に、美浜町と石門区との姉妹都市提携30周年記念式典が石門区役所で行われました。午後2時30分頃に石門区役所に着いた訪問団は、獅子舞や太鼓の演奏による出迎えを受けた後、式典会場でも、石門区の出席者から熱烈な歓迎を受けました。

式典では、双方の出席者の紹介の後、両町区長が挨拶されました。石門区の呉嘉榮区長は「この記念式典をきっかけに双方の友好関係が永く続くことを祈念している」と述べ、山口町長は「この30年に及ぶ長い年月をかけて築いてきた深い絆、信頼関係は、なにもにも代え難い宝で

ある。これを一層強固なものとするとともに、両地域の将来を支える若い人々にしっかりと継承していきたい」と話しました。

続いて、美浜町と石門区の行政や議会、中学校、ライオンズクラブ同士による記念品の交換が行われたほか、長年、両町区との交流に尽力された陳鏡今氏（通訳）と游文泉氏（石門区役所民政課長）に山口町長から感謝状が贈られました。

その後、森本教育長から姉妹都市提携に至る経緯の説明が行われ、崎元町議会議長のあいさつで閉会しました。

Topics

台湾新北市石門区訪問団が8月4日に台北市内を視察

台湾新北市石門区訪問団一行の中で、一般市民の方や美浜ライオンズクラブの会員等は、8月4日の午前中に台北市内を視察しました。

まず、中正紀念堂と忠烈祠を視察し、一糸乱れぬ衛兵交替を見学。続いて、台湾のウーロン茶の試飲体験が行われました。参加者は各地での視察を通じて異文化への理解を深めていきました。

↑中正紀念堂でガイドの説明を聞く参加者たち

式典終了後、石門区役所前に移動して美浜町の花であるツツジの記念植樹を行いました。

両町区長は、スコップを持ってツツジに土を入れると、お互いの今後の友情が永遠に続くことを誓い、固い握手を交わしました。



↑両町区長によるツツジの土入れ



↑姉妹都市提携10周年記念で植樹された桜の木

午後6時から、石門國民中学校体育館で祝賀会が開催されました。

山口町長の乾杯で始まった祝賀会は、両町区の催し物が行われ、場内は大いに盛り上がり、会場のいたるところで旧交を深めあう等、終始温かい空気に包まれていました。

美浜町からは「みはま餅っこ隊」による餅つきの実演や、メンズ・コール・ミハマによる「美浜町民の歌」等の合唱が披露されました。

また、両町区がそれぞれPR動画を披露し、美浜町のPR動画の再生時には、映画「サクラサク」の監督でPR動画を監督された田中光敏氏から、動画と町の紹介をされました。

また、美浜中学校生徒は、石門國民中学校の生徒と一緒に美浜音頭を踊り、交流を深めていきました。

最後に、両ライオンズクラブの会長による万歳三唱で祝賀会が閉経しました。

町では、新北市石門区との交流が、今後ますます素晴らしいものになり、文化的、経済的にも関係の深い台湾と日本の関係が今後大きく発展するように取り組みを進めていきます。



↑メンズ・コール・ミハマと山口町長による合唱



↑両中学校生徒の餅つき体験



↑両町区長による乾杯



↑両ライオンズクラブ会長による万歳三唱



↑石門國民中学校生徒によるダンス



↑田中光敏監督(左)とPVIに出演した朱智偉さん(中央)と王淑婷さん(右)夫妻



台湾桃園國際空港で記念撮影

8月3日から9日までの7日間、美浜中学生16人と引率者6人で構成される「美浜町ジュニア対外交流団」が石門区を訪問しました。この訪問は、町の将来を担う美浜中学生が異国の文化や生活等について見聞を広めることや、石門國民中学生との交流を通して社会性・協調性を養い、心豊かでたくましい人材を育成することを目的に行われました。ジュニア対外交流団の石門区訪問は、平成2年度以降1年おきに実施しており、今回で15回目となります。

ここでは、現地の様子とその感想をお知らせします。

8月3日(金)

台湾桃園國際空港に到着すると石門区からの出迎えがあり、生徒たちは今回のホームステイでパートナーとなる石門國民中学生と初顔合わせをしました。

夜は、歓迎晩餐会が開かれました。

「初めてパートナーに会った時は少し不安でしたが、優しく接してくれたので嬉しかったです。」

8月4日(土)

午前中は朱銘美術館を見学しました。午後は、石門区役所で開催された記念式典行事と、その後、石門國民中学校体育館で開催された祝賀会に参加しました。

また、この日からは、石門國民中学生宅でのホームステイが始まりました。

「美術館では、日本で見られないような美術品を見られ、パートナーの子と一緒に見ることで一層仲良くなったような気がしました。」



朱銘美術館



祝賀会

8月5日(日)

遊園地や動物園、プールが一体となったテーマパーク「六福村」でウォーターライダーやアトラクション等を楽しみました。

「六福村で初めてジェットコースターに乗りました。班のみんなと色々な乗り物に乗って楽しかったです。」

「台湾の最北端で見た夕日はとても綺麗でいい思い出になりました。」



六福村



ホームステイ先の家族

8月9日(木)

石門区役所でのお別れ会では、別れを惜しみ握手をし、抱き合う生徒たちの姿が見られました。その後、台湾桃園國際空港へ行き、生徒たちはパートナーに見送られ日本への帰路につきました。

「台湾の子たちとは、言葉が通じなくても身振り手振りで話してくれたりして、とてもお世話になりました。」

「石門区公所でお別れ茶会と送別茶会がありました。とても楽しい一週間でした。みんなとの別れを惜しみながら飛行機に乗りましたが、日本に着いてからも台湾の人たちを忘れることはありませんでした。」



石門区公所での見送り



パートナーとの記念写真



8月8日(水)

新北市政府を訪問した後、鶯歌モザイクDIYで、コップ作りを体験しました。

最後の夕食会にはパートナーも出席し、みんなで台湾最後の夜を楽しみました。

「新北市政府では、ビルの屋上で野菜を育てていてすごいなと思いました。」

「夜の晩餐会では、これまで話したことのない台湾の人と話しました。明日で台湾を離れるのが少し寂しいです。」



新北市政府

8月7日(火)

石門区内を観光した後、石門國民中学校へ登校し、「獅子舞」「凧揚げ」等の体験学習を行いました。

「自分で凧をつくるのは初めてで、凧向きが難しかったです、とても楽しかったです。」

「獅子舞はとても迫力があり見ていても楽しかったです。力をたくさん使おうと、とても大変だろうと思いました。」



石門洞



凧揚げの体験



獅子舞の観賞

8月6日(月)

忠烈祠の兵隊による交代鑑賞や、免税店での買い物を楽しんだ後、台北101を訪れました。3日目を迎えたホームステイもこの夜が最後になりました。

「台北101で食べたマンゴーかき氷はとても美味しかったです。また、台北101はとても高い建物でした。」

「ホームステイ先の家族の方には大変お世話になりました。今度、日本に来てもらう時は、たくさんおもてなしをしたいと思います。」



忠烈祠の兵隊と記念撮影

台北101

げんげん歩楽寿では、1人でも多くの方が運動に取り組めるよう、「げんげん歩楽寿健康プログラム」を始めました。これは、株式会社タニタが開発した活動量計・血圧計・体組成計等を活用しながら、楽しく効果的な健康づくりに取り組めるプログラムです。

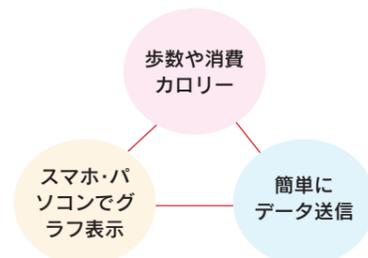
今年度は今後健康づくりのリーダーとなっていただく予定の方々にモデルとして、次の健康プログラムを実施しています。

●活動量計を身に付けて、日々の活動量をチェックします

活動量計には歩数や消費カロリーが記録され、そのデータをスマートフォンやパソコンに送信することで、日々のデータをグラフで確認できます。



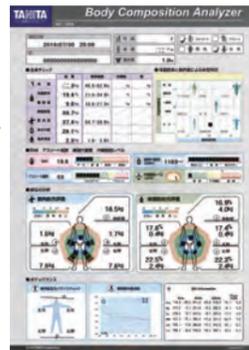
↑活動量計



●体組成計で定期的に測定し、客観的に自分の体組成の変化を把握します



↑体組成計



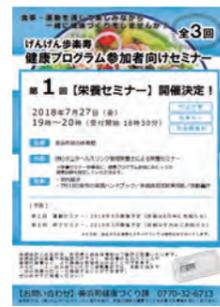
体組成計で定期的に測定することで、自分の体重・体脂肪率・筋肉量等の変化を見ることができます。また、結果表を見れば、自分の体型がやせ型なのか肥満傾向なのか、また筋肉質なのか隠れ肥満なのか等が詳しく分かります。

測定を続けることにより、日々の努力を結果として残せます。

●定期的に行われる健康プログラム参加者向けセミナーに参加します

7月27日に、栄養セミナーを美浜町総合体育館で開催しました。

当日は、株式会社タニタヘルスリンクの管理栄養士・健康運動指導士から「栄養」をテーマに、バランスよく栄養を摂る方法や、その効果について話していただきました。



今後の取り組みについて

町では、町民誰もが活動量アップに取り組める環境を作り、来年度以降は、健康プログラムを町民の皆さんに参加していただき、健康づくりに役立てていく予定です。

また、現在、健康プログラムに参加されていない方も、町役場または総合体育館に設置している体組成計をご利用できます。ぜひ、自身の健康管理に役立ててください。



↑町役場に設置している体組成計

※お問い合わせ先
町健康づくり課(担当・中西) ☎32-6713

げんげん運動から プラス げんげん歩楽寿へ



～9月はげんげん歩楽寿 推進普及月間～

町では、減塩と減量に運動をプラスした健康づくり「げんげん歩楽寿」に今年度から取り組んでいます。ここでは、げんげん歩楽寿の概要についてお知らせします。

げんげん運動の成果と課題

町では、減塩と減量を柱とした健康づくり「げんげん運動」を平成25年度から平成29年度まで取り組んできました。

取り組みの中で、健診を受診する人の割合の増加や高血圧者の割合の減少等、一定の成果が出ました。しかし、一方で、1日の野菜摂取量や糖尿病疑い、メタボ該当者の割合については改善が進まないといった課題が明らかになりました。

これらの課題を解決し、生活習慣病の重症化予防と健康寿命の延伸を目指すため、従来のげんげん運動に「野菜摂取量の増加」の強化と「運動」を新たにプラスした「げんげん歩楽寿」の取り組みを進めていくことにしました。

《げんげん運動の成果》

- ① げんげん運動の認知度が9割に達した
- ② 健診を受診している人の割合が増加 (68.4%(推進前)→82.2%(推進後))
- ③ 美浜町の健康課題である高血圧者の割合が減少 (40.4%(推進前)→28.0%(推進後))

《げんげん運動の取り組みで見えてきた健康課題》

- ① 1日の野菜摂取量(目標350g/日)が少ない (平均222g/日) ※食生活実態調査より
- ② 糖尿病疑い、メタボ該当者(予備軍)の割合の増加

げんげん歩楽寿7つの健康行動

7つの健康行動とは、げんげん運動を推進していく上での日常的な心がけのことです。げんげん歩楽寿では、げんげん運動推進時に掲げた健康行動に「運動の取り入れ」を追加して、新たな7つの健康行動として設定しました。

皆さんも、7つの健康行動を日常生活でどの程度できているかチェックしてみましょう。

～げんげん歩楽寿7つの健康行動～

- ① 減塩の食事を心がけます
- ② 1日3食よく噛んで、自分にあつた量の食事をとります
- ③ 油脂のとり方を工夫します
- ④ 毎食、手のひら一杯の野菜を食べます
- ⑤ 間食の食べ過ぎに注意します
- ⑥ 毎日の生活の中に手軽な運動を取り入れます
- ⑦ 年1回健診を受けて身体のチェックをします

うま にじいろしょく 美しきはま虹彩食推進事業

町民の野菜の摂取量増加を図るため、地元でとれる旬の野菜を中心とした薬膳メニューの開発を行い、「美しきはま虹彩食」として町民および町内飲食店等へ普及する事業です。

今後、更に減塩できる工夫を凝らした「美しきはま虹彩食」を町民の方々に普及していく予定です。

食事の強化



↑美しきはま虹彩食講習会



↑講習会で作った料理

地域で声掛け「孤立」を防ごう

町福祉課内に設置している高齢者支援センターでは、高齢者の介護に関する相談や虐待への対応や認知症予防等を行っており、関係機関と連携しながら高齢者の虐待防止・早期発見に努めています。

高齢者の虐待防止について

高齢者虐待と一言で言っても、さまざまな状況があります。厚生労働省では、高齢者虐待を次のように定義しています。

身体的虐待	殴る、蹴る、つねる等の暴力や不必要に体を縛る等の行為
心理的虐待	脅しや屈辱的な暴言、無視による精神的苦痛を与える行為
介護世話の放棄・放任	食事を十分与えない、長時間放置する、適切な医療を受けさせない等の行為
性的虐待	本人の合意なく性的行為を行ったり、強要したりする行為
経済的虐待	本人の合意なく財産や年金を処分・使用する行為

高齢者の虐待は、町民一人ひとりが声をかけ、見守る意識を高めることで、防止あるいは早期発見できます。地域全体で高齢者のいる家庭を見守る地域づくりを進めるため、次の3点を心がけましょう。

▼**日常的な声掛け**
日常から声を掛け、高齢者の孤立を防ぎましょう。

▼**近所の見守り**
夜になっても電気がついていない、新聞が何日分もたまっている等、高齢者宅に気を配りましょう。

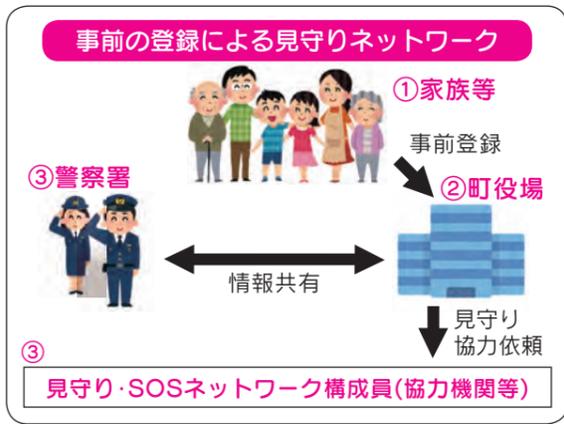
▼**相談を勧める**
高齢者との生活や介護疲れ等、家族が困っていたら民生委員等への相談を勧め、地域からの孤立を防ぎましょう。

普段の声掛け・見守りの中で「おかしいな?」「いつもと違う」等の異変に気付いた時には、町高齢者支援センターまでご連絡ください。

高齢者等を見守る「SOSネットワーク」をご活用ください

SOSネットワークは、認知症高齢者等を日頃から見守り、行方不明となった場合に早期発見できる体制のことで、

認知症等の病気により行方不明になるおそれのある人が、事前に本人の身体的特徴や連絡先、写真等を登録しておくことで、行方不明時の早期発見に繋がります。登録にあたっては、家族の方等による事前登録が必要です。詳しくは町高齢者支援センターまでお問い合わせください。



SOSネットワークへの協力機関を募集します

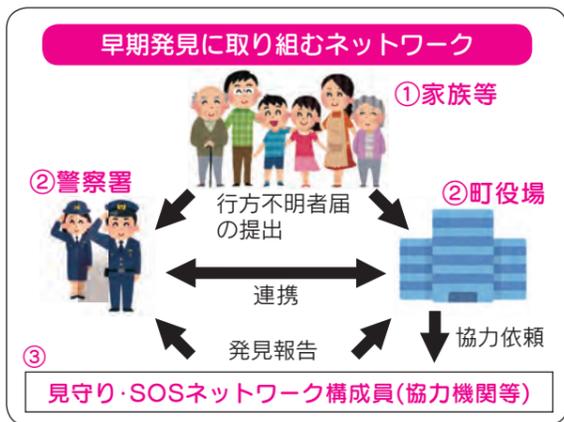
町では、当ネットワークに協力していただける町内の団体や企業を募集しています。

登録後は、地域での日常的な見守りや有事の際に関係機関等へ連絡していただく等、対象者が行方不明になった際に可能な範囲で早期発見にご協力いただきます。

登録にあたっては、届出が必要です。詳しくは町高齢者支援センターまでお問い合わせください。

※お問い合わせ先

町福祉課 高齢者支援センター
(担当: 藤木)
☎32-6704



認知症になっても、安心して暮らせるまちづくり 美浜町 認知症初期集中支援チーム が、あなたと家族をサポートします!

認知症初期集中支援チームは、認知症またはその疑いがある方や家族をチーム員が訪問して、必要に応じたサポートを行います。具体的には、認知症に関する情報の提供や必要に応じて医療機関の受診や介護保険サービス等の利用に繋げるための支援を行っています。

● 支援対象

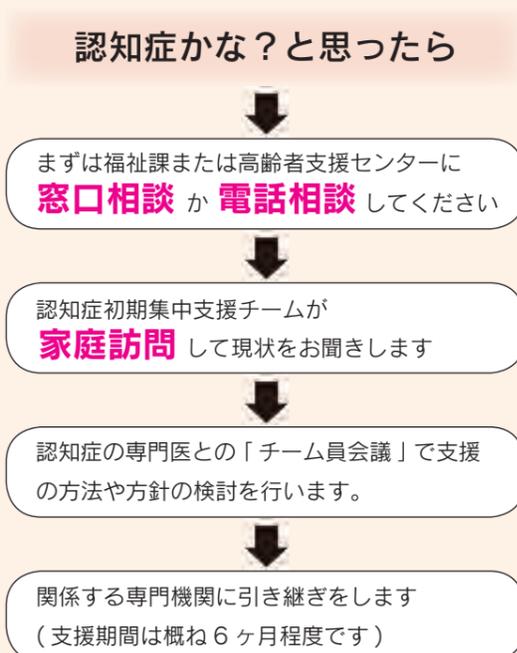
町内在住の40歳以上の在宅生活者のうち、物忘れ等で不安を抱えている方で次のいずれかに該当する方

- ・ 認知症の診断を受けていない方、または治療を中断している方
- ・ 介護保険サービスを利用していない方、または利用を中断している方
- ・ 何らかのサービスは利用しているが、認知症による症状が強く、どのように対応したらいいのか困っている方

● 支援内容

- ・ 適切な専門医受診に向けた助言
- ・ 適切な介護サービス利用のすすめ
- ・ 本人の身体状況を整えるための相談支援
- ・ 生活環境の改善に向けた助言
- ・ かかりつけ医との連携支援

● 支援の流れ



私たち支援チームが認知症の早期の対応をお手伝いいたします。ぜひ、ご相談ください。



私たちが 認知症初期集中支援チームです

認知症は早期診断・早期対応が大切です。「認知症の始まりかな」と思うことがあれば、一度ご相談ください。

※お問い合わせ先

町福祉課 高齢者支援センター 藤木(写真左)
飯田(写真右)
☎32-6704
東部診療所 村寄(写真中央) ☎37-2911