

傍聴席

9月議会を傍聴して

農家の主婦

議場は明るくモダンな感じでした。さて、中身も明るい松前の未来が感じられるのでしょうか。ここまで来なくても議会だよりなどで、その内容などは解るはずですが、ツンドク（積読）の私には、ないのも同じことです。ましてや誰かがどうにかしてくるくらいのかえで町政がどう向いていくのかも全く関心がなく議会、役所というどこか暗く堅い別世界という感情を持っていましたから。

知人に誘われて、一念発起、土と向き合う毎日では何も変

が、ベストセラーになった「脳内革命」という本の内容に共感したことがある。精神作用と健康の関係について書かれていた。楽しい、嬉しいと上向きの方は善玉の脳内ホルモンが分泌されて元気になり、苦しい、つらいと下向きの時は悪玉の脳内ホルモンの分泌で体を害すると。そして善玉ホルモンが最も良く出るのは人の為に尽くすこと、社会貢献への意志と行為であるとの内容であったと思う。

今年、七月から「松前町健康づくりプラン」が軽体操プログラムをはじめ四部門で開始された。町民の健康づくりへの取り組みに賛同し、参加させてもらっている。週二回の実施日が楽しみである。

又、福祉バス「ひまわり」号も運行回数を増やし、利用対象枠も広げて頂いた。もっと活用したいと思っている。

最近の私達に身近なことばかりを取り上げたが町民の為に色々と配慮し工夫してくれることをありがたく思う。市町村合併の枠にも入らなかつた今、色んな見直しの上か



お笑いオンステージ

町民の声

元気プランに感謝

神崎 S・F

先日の「敬老上方お笑いオンステージ」。それは楽しく、タイトル通り、十分に笑わせて頂いた。昨今、健康に対する「笑い」の効用がよく提唱されている。今回の催しも、高齢の私達がいつまでも元気でありますようにとの主旨で開催されたとの挨拶があった。従来の仕方を変えるには抵抗があったでしょうが、良い試みだと思った。

健康管理を考える時、最大の敵はストレスであると歳を重ね体力が低下するほどに痛切に感じる。かなり前になる

わらない、農政も時と共に変わるという現実を目を向け、時の流れに乗り遅れないように出かけてみることにしました。

AEDのこと、アスベストの問題、大型商業施設での地元特産物の販売の件、ゆとりと学力向上教育、ごみ袋有料化等々。対面式での再質問。再々質問。傍聴席の私にも理解できることばで説明され、理事者、役所特有の難しい言葉がもっと多く使われるのかと思いきや、それ程でもないことに、ホッとしました。同

ランをはじめ四部門で開始された。町民の健康づくりへの取り組みに賛同し、参加させてもらっている。週二回の実施日が楽しみである。

又、福祉バス「ひまわり」号も運行回数を増やし、利用対象枠も広げて頂いた。もっと活用したいと思っている。

最近の私達に身近なことばかりを取り上げたが町民の為に色々と配慮し工夫してくれることをありがたく思う。市町村合併の枠にも入らなかつた今、色んな見直しの上か

ら町独自の改革をできるのではないのでしょうか。白石町政に明るい未来を感じ、私達も協力してゆきたいと思っています。その為にも町の健康プランに積極的に参加しながら、元気であるように心がけて行きたいと思う。