



あおもり 町連だより

第212号

平成31年1月発行

青森市町会連合会

TEL 017(734)2584
FAX 017(734)2587

明けましておめでとうございます

豊かで住みよいまちをつくる

地域力の掘り起こしを進めて

明けましておめでとうございます。

町長並びに町会員の皆様には、希望に満ちた輝かしい新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

また、日頃より町会連合会の事業運営に、格別のご理解とご協力をいただき、心より感謝申し上げます。

青森市町会連合会では、基本方針に掲げている「各町会の連絡協調と住民の福祉増進を図り、豊かで住みよいまちづくり」のため、活動の推進に努めています。

昨年は、年1回開催している「市政懇談会」に加え、5地域協議会及び37地区連合町会を単位とした「あおもりタウンミーティング」を通じて、各地域・各地区における課題や要望について、市長はじめ市の幹部の皆様と意見交換をしたほか、



加川幸男市町連会長



油川埠頭。市内に26カ所ある雪捨て場の一つで、住民や事業者も雪を捨てることができる

市等関係機関と連携・協力しながら、さまざまな活動を進めてまいりました。

少子・高齢化が進む中、地域のコミュニティは地域で生活する皆様にとってますます大切なものとなっています。地域を支えるチカラが年々弱まってきていると言われる中で、地域にあるさまざまな組織がお互いに連携し合いながら、地域力の掘り起こしを進めていきたいと考えております。

今年、平成31年は平成最後の年となり、新たな時代が幕を開ける年であります。これまで以上に、市等関係機関のご支援をいただきながら、地域の皆様とチカラを合わせて、豊かで住みよいまちづくりが進められるよう努めてまいりますので、今後ともより一層のご理解とご協力をお願い申し上げます。

本年が皆様にとりまして、幸多き一年となりますことを心よりお祈り申し上げ、新年のご挨拶といたします。

5月30日に31年度定時総会

平成31年度の青森市町会連合会定時総会は、5月30日（木）午後1時から、ホテル青森で開催します。

紙面紹介

2面 30年度除排雪事業説明会

3面 30年度理事研修会

4面 第41回町内女性の集い

5面 町会女性（婦人）部役員研修会

6面 30年度地域協議会

30年度青森市表彰受賞者

30年度除排雪事業説明会



市の平成30年度除排雪事業説明会が11月9日(金)、市柳川庁舎で開かれ、市町連から加川幸男会長はじめ26人が出席、市道路維持課雪対策室の白取芳樹主幹が、出動基準、出動までの流れ、工区・路線の見直しなどについて説明を行いました。



除
排
雪
計
画
の
説
明
を
聞
く
市
町
連
役
員

説明の主な内容は次の通りです。

道路にみだりに雪を出さない

除排雪延長は約1,564キロで、29年度と同じ距離。実施期間は30年11月1日から31年3月31日で、出動基準は、幹線（バス路線、特に定めた主要路線）が、降雪が概ね10cm以上、かつ、交通の確保が困難と認められる場合。補助幹線（地域内の幹線と幹線を結ぶ路線）・工区（生活道路）が概ね15cm以上、かつ、交通の確保が困難と認められる場合としている。出動までの流れは、9時から市内各地区をパトロールし、状況を把握、13時からパトロール会議を開いて出動可否を決定、14時に業者へ作業指令（出動指示）を出す。除雪作業は21時に開始、翌日7時までに完了する。緊急対応についてはこれ以外にも実施する。

昨シーズンの状況や町会、除排雪業者の意見を踏まえ、生活道路で一部見直しを行った。

公園等を市民雪寄せ場として開放するが、①遊具やベンチなどの破損防止のため、それらの上や周辺に雪を置かない（遊具などには竹ざお等の目印がある）②雪寄せはスノーダンプやそりなど人力で運べる手段で。トラックでの雪の持ち込みや

除雪機械での雪捨てはしない③屋根雪などの大量の雪寄せはやめる④公園等に寄せられた雪は、園内がいっぱいになってしまって排雪できない⑤道路への滑落や遊具への接触などに注意して、ケガのないよう利用する一ように協力をお願いする。

一定の要件に該当する高齢者世帯等の屋根の雪下ろし費用を一部助成している（かかった費用の2分の1。上限額は1シーズンにつき25,000円）が、29年度の助成件数は166件、助成総額315万円余りだった。

「青森市民とともに進める雪処理に関する条例」では、市民等の順守事項として①道路にみだりに雪を出さない②河川等への投雪で、流水に支障を及ぼさない③建築物等を新築するときは、道路等への落雪による被害がないようにする④路上駐車で、除雪作業に支障を及ぼさない－を守らなければならないとしており、守られない悪質な場合には、勧告を行なうこととしている。

流雪溝の上も歩道とみなし除雪を

意見交換では、市町連側から①市民雪寄せ場事業で、町内の空き地を所有者から町会が雪寄せ場として借りる場合、町会が所有者と契約するのはいつから始まったのか。契約は、自動更新でなく、毎年行なわなければいけないのか②高齢者世帯等への雪処理について業者に連絡しても、伝わっていない。地区連合町会との除雪調整会議に福祉課の職員も参加するようにしてほしい③道路が狭く、流雪溝の上を通らざるを得ない。歩道扱いにして、除雪してほしい。融雪施設設置支援制度の利用件数が減ってきている。助成する内容の見直しをしてもらえないか。地域コミュニティ除雪のメリットが見えにくいので、取り組む団体が少ないのでないか④県病へ通ずる道路は狭く、降雪時には渋滞がひどい。除雪と排雪を一緒に行なってほしい⑤堤川近くの通学路が狭く、降雪時、子供たちが車道を歩いている状況。歩道確保に努めてほしい⑥市民雪寄せ場の数が27年度からかなり減少している理由は。排雪する基準をゆるめてほしい⑦車道と歩道に段



質
問
に
立
つ
出
席
者

差ができて、歩道の通行が危険になり、業者に段差の解消を伝えたが、車道の雪を歩道に押して、歩道が使えなくなった。業者に話しても、作業範囲になると対応してもらえない。業者を指導してほしいーと質問、要望をしました。

通学路の歩道確保に学校等とも協力

これらに対して市側は①事業は平成13年度から開始したが、当初から、町会と土地所有者とが契約することにしている。契約は自動更新ではないので、毎年行なうことになる②除排雪調整会議で、市に具体的な場所などを示してもらえば、業者へ徹底させたい③流雪溝の扱いは検討したい。融雪施設設置支援は、金融機関から資金を借り入れる場合の利子を助成しているが、見直しについては要望として受け止める。コミュニティ除排雪制度は、地域の実情に応じた除排雪が可能、業者は町会との連携で作業効率が向上、地域住民の除排雪に対する理解・満足度向上などが期待できる④重要路線として認識しており、車線確保に



質問・要望に答える市の担当者

頑張る⑤歩道にある程度の幅がないと小型ロータリーデン雪車が使えない。学校、PTAからも情報を得て、小型除雪機などで対応したい。冬休みが終わる前には排雪するようにしたい⑥全部を把握しているわけではないが、住宅を建てるため貸せなくなったという例がある⑦明確な基準は設けていない。町会が自主的に市民雪寄せ場に盛った雪を排雪する場合、費用を一部助成する制度（スクランブル除雪助成制度）がある。地域にいろいろなパターンがあるので、事情がある場合は市に具体的に相談してほしいーと答えました。

避難情報には3種類

30年度理事研修会

市町連は11月30日(金)、ラ・プラス青い森で平成30年度理事研修会を開き、35人が出席、市の危機管理課、福祉政策課の職員4人を講師に、大災害時における避難所の運営等について研修しました。



市
の
担
当
者
か
ら
説
明
を
受
け
る
出
席
者

説明に当たった市危機管理課の廣津明男参事兼危機管理監・課長事務取扱は、はじめに災害が発生または発生するおそれがある場合、具体的に、いつ、どこに、どうやって避難したらいいのかについて話し、災害の発生が差し迫り避難が必要になった場合、市がテレビ、ラジオ、緊急速報メー

ル、SNS、広報車による広報などで知らせる避難情報には①避難準備・高齢者等避難開始（避難に時間を要する高齢の方、障害のある方、乳幼児とその支援者は避難を開始し、その他の人は避難の準備を整える）②避難勧告（速やかに避難所へ避難する。外出するとかえって命に危険が及ぶような状況では、近くの安全なところ、自宅内より安全な場所に避難する）③避難指示（緊急）（緊急に避難する。外出するとかえって命に危険が及ぶような状況では、近くの安全なところ、自宅内より安全な場所に避難する）ーの3種類があると紹介、地域の避難場所をふだんから確認しておいてほしいと訴えました。

続いて、市の避難所運営について、市が30年10月に改訂した「地域における避難所運営の手引き」の内容を紹介しながら説明。避難所開設までの順序を示し、避難生活が長期間(概ね8日以上)に及ぶときは、避難所運営委員会を設置し、町会や自主防災組織、災害ボランティアの協力のもとで自主的な管理運営体制を確立すると話し、その組織図、運営に当たっての留意点、避難所のレイアウトづくり、良好な避難生活を送るためのルールづくりなどを紹介しました。

第41回
町内女性の
集い

高齢者にやさしい街づくり

市長が市の取り組みを紹介

市町連女性部会は11月5日(月)、アピオあおもりで「第41回町内女性の集い」を開催、小野寺晃彦市長が=写真=が「高齢者にやさしい街づくり」をテーマに講話を行い、参加した189人が市の取り組みについて理解を深めました。

小野寺市長は、まづ市の高齢者の状況(平成30年10月1日時点)について、人口285,014人のうち、65歳以上の高齢者数は85,668人で、人口に占める高齢者の比率(高齢化率)は30.06%、平均寿命が男性78.9歳、女性85.7歳であることを紹介、高齢者やその家族が住み慣れた地域に住み続けることができるよう保健・医療・福祉が一体となって取り組む「地域包括ケア」の推進のため、市が平成30年度に新しく作り直した「青森市高齢者福祉・介護保険事業計画」を取り上げ、その中で重点事項としている①健康寿命の延伸②介護予防・重度化防止の推進③地域支え合いの推進一の事業内容について説明しました。



健康寿命の延伸

健康寿命の延伸は①肥満・糖尿病予防対策②がん予防対策③たばこ対策④食育レッスンに分けて説明。糖尿病予防の取り組みでは、糖尿病対策に積極的に取り組み高い成果を挙げている兵庫県尼崎市を訪ねた話を交えながら、個人の健康リスクを可視化し、糖尿病をはじめとする生活習慣病予防のため、わかりやすい保健指導ができるよう市も「健診結果構造図」作成ソフトを10月1日に導入したと述べました。がん予防対策としては、がんに関する様々な相談に応じるため10月1日、市民病院に「がん診療支援室」を開設したことやイベントなどとタイアップしたがん検診受診を促進、29年度は肺がん・大腸がんの受診者が38,504人にのぼり、前年度より3,600人余り受診者数が

増加したこと、たばこ対策として、喫煙率の高い運輸業・建設業へ出向いて相談や講座を実施していること、食育レッスンでは市内のこども園、保育園、幼稚園、小学校へ栄養士が出向き保護者・園児などにレッスンを行っていることを紹介しました。

介護予防・重度化防止の推進

介護予防・重度化防止の推進は、要支援者および要介護状態となるおそれの高い高齢者を対象とする事業と全ての高齢者を対象とする事業に分けて説明、要支援者等については訪問指導などの「生活機能向上サポート事業」や通所指導など「健康運動チャレンジ事業」により、運動機能向上・認知症予防のプログラムを提供していることを紹介しました。また全ての高齢者対象では、「介護予防普及啓発事業」で、ロコモ（ロコモティブシンドローム。立つ・歩く機能が低下する状態）予防のために、地域での介護予防活動を支援、すでに117団体に予防体操の指導者を派遣、7千人余りが参加していることを紹介、さらに「地域リハビリテーション活動支援事業」、市と社会福祉協議会が連携し、生きがいづくり、介護予防等につながる住民主体の集いの場の運営を支援する「こころの縁側づくり事業」の取り組みについて話しました。

地域支え合いの推進

地域支え合いの推進は、29年10月に創設したボランティアポイント制度（地域福祉サポーター登録制度）の活動例を紹介、29年10月から30年2月まで5カ月間の参加者数、ポイント（1時間で1ポイント取得、1ポイント当たり100円相当の商品券や市営バスのバスカードと交換）取得状況は①高齢者支援（高齢者世帯を定期的に訪問、孤独感の解消や安否確認を行なう活動など）437人、2,350ポイント②介護予防（ロコモ予防体操の実践や体力測定時の記録補助など）488人、2,116ポイント③雪対策支援（冬期歩行者空間確

保のための活動など) 456人、8,270ポイントだったと話しました。

認知症の支援体制強化

続いて、高齢者の関心が高い認知症の問題を取り上げ、まず市内の認知症高齢者（要介護と認定され、認知症の症状があり、日常生活に支援が必要な状態にある方）の27年度から3年間の推移について、認知症高齢者数は9千人台（高齢者人口の11%台を占める）で、高齢者人口の増加とともに年々増加している状況を示し、これに対する

取り組みとして①認知症の正しい知識の普及・啓発（認知症サポーターの養成、医療・介護職員等への研修会開催）②認知症の早期発見・早期対応（認知症の状態に応じて必要となる医療・介護サービスの流れを示し、住み慣れた地域で暮らし続けられるように支援。認知症初期集中支援。脳の健康チェック・相談会の開催）③支援体制の強化（認知症地域支援推進員23人を、市内11カ所の地域包括センターに配置、認知症の家族等へ支援研修会開催、25事業者による高齢者の見守り）を行っていることを紹介しました。

温暖化防止対策学ぶ

町会女性(婦人)部役員研修会

市町連女性部会は10月1日(月)、アピオあおもりで平成30年度町会女性(婦人)部役員研修会を開き、56人が出席、市環境政策課の山上研一主査、雪森心平主事を講師に、地球温暖化防止対策について青森市の取り組み、身近で簡単に実践できるCO₂の排出量削減法を学びました。

■ 身近で簡単なものから実践しよう

山上主査は、地球温暖化の影響として、2018年(平成30年)7月の記録的な大雨、1時間降水量80mm以上の年間発生回数の増加などを挙げた後、青森市の対策として2018年3月に策定した「青森市地球温暖化対策実行計画」について説明、青森市(2015年度時点)の温室効果ガス総排出量の特性として①業務部門(工場が少なくオフィス・店が多い)33.9%②家庭部門(冬期間の暖房でエネルギーを消費)25.7%③運輸部門(自動車に依存している)25.3%で全体の85%を占めていることを紹介し、計画では2030年度に基準年度(2013年度)比で温室効果ガスを31%削減することを目標にしていると述べました。また、その対策の基本方針として①再生可能エネルギー等の導入・普及・利用の促進、関連した産業の育成②日常生活、事業活動における省エネ行動の推進、省エネ性能の高い設備・機械の導入促進③住宅、建築物の省エネ性能向上、ごみの減量化・資源化促進④環境教育・学習の充実、市民・事業者・市、環境保全活動団体等との連携⑤自転



市の取り組みを説明する
山上主査②、雪森主事

車、徒歩、公共交通機関の利用など環境負荷の少ない移動手段への転換⑥緑に恵まれた環境づくりの推進-を示し、「地球温暖化対策の推進には、市民・事業者の協力が不可欠。日常生活や事業活動を見直し、身近で簡単に実践できるものから、みんなで取り組みましょう」と呼びかけました。

■ 省エネ効果高める工夫を

雪森主事は、地球温暖化防止対策として身近で簡単に実践できる取り組みについて、①エコドライブ(環境負荷の軽減に配慮して自動車を運転する)②ウォームビズ(暖房時室温を20°Cで快適に過ごすライフスタイル)③省エネ住宅④省エネ家電-の4項目に分けて具体例を挙げながら説明。エコドライブでは、自動車はアクセルを穏やかに踏んで発進する、無駄なアイドリングを止める、車間距離を保つなど、日々のちょっとした気遣いで燃料を節約でき、交通事故発生件数も減るといわれていると話しました。

省エネ家電では消費電力量の多い家電として①冷蔵庫②照明器具③テレビ④エアコン⑤温水洗浄便座-を挙げ、これらの家電を最新型へ買い換えることによる省エネ効果や具体的に省エネ効果が高い使い方などを紹介しました。

身近な問題取り上げ 研修会・意見交換会

30年度地域協議会

平成30年度の地域協議会ごとの町会長研修会・意見交換会は=下表=の通り開かれました。

地域協議会名	会場・日時	研修テーマ
南部	フレアージュスイート 10月18日(木)	緊急時の要援護者への支援体制について
中部	ふれあいの館 10月30日(火)	「青森市立地適正化計画」について
東部	リンクステーションホール 青森 11月20日(火)	「笑いの健康効果」 免疫力を高めよう
西部	西部市民センター 11月22日(木)	三内丸山遺跡群の世界遺産登録への取り組みと活動概要について
北部	北部市民センター 2月8日(金)	教育環境の改善問題について

笑いの健康効果 東部地域協議会

東部地域協議会は11月20日(火)、リンクステーションホール青森で、青森県健康管理士会の兼田修身氏を講師に、「笑いの健康効果」について研修、町会長48人が出席しました。



兼田氏は、本県はがん死亡率が全国最悪であることを紹介、これからますます予防医学が大切になっていくと前置きして、神経の機能、とりわけ自律神経について解説。自律神経は交感神経(活動時に活発になり、体温の調節、血圧のコントロールなどをする)と副交感神経(リラックス時に活発になる)から構成され、ストレスを受けると交感神経に影響し、笑いは副交感神経に影響して、免疫を担当するリンパ球を増やす。そのため、笑うことで、免疫力が高まり、自然治癒力が向上すると説きました。また、笑うことで①表情筋が頻繁に働く②横隔膜を激しく上下させる(有酸素運動と同じ働きをする)③血中の糖、中性脂肪が燃焼する④セロトニン(幸せホルモン)値が

高まる-効果があると話しました。さらに、ストレスと笑いが脳に及ぼす変化について説明、ストレスは脳を興奮させ、酸素を消費し、脳細胞が酸素供給不足になり、脳の働きが低下、交感神経が優位になって、血圧が高くなり、免疫力が低下する。一方、笑うことで、脳に酸素が大量に入る、新鮮な血液が脳に入る、脳細胞が活性化し、集中力、記憶力が上がると述べました。そして、薬についても触れ、日本人は薬好きだが、服用し過ぎると腎機能、肺機能に影響を及ぼすので、なるべく薬に依存しないで、笑いで免疫力を高めるようしよう」と呼び掛けました。

6町会長が表彰される

30年度青森市表彰

平成30年度青森市表彰の表彰式が10月9日(火)、リンクモア平安閣市民ホールで行われ、長年にわたり町会長として市政に協力し、地方自治の振興発展に貢献されたとして、次の6氏が表彰されました。(敬称略)

坂本昌俊(新城中町町会長)
外川祐次(石江江渡下町会長)
伊藤尚三(南金沢町会長)
伊藤文隆(本古川町会長)
千葉一郎(虹ヶ丘町会長)
佐々木敦子(新生町町会長)

哀悼録

堤町町会長 秋元卓殿

(平成30年10月26日ご逝去)

慎んで哀悼の意を表します。

編集後記

身勝手で、キレイで、高齢者が多くなつたといわれます。私自身も、これらがなくなつてきたと、よく思います。最近、何ヵ所かの役所を訪ねて、何度もつとめたことがあります。みな懸命に仕事をしていることは分かりますが、配慮を感じない。高齢者の問題行動は「老化による体の変化」が原因という説もあります。視力、聴力が落ち、頭も体もぶくくなる。市は「高齢者にやさしい街づくり」に、いろいろ制度を設け、取り組んでいますが、制度にかかる方々には「高齢者の特性」もわきまえた対応を心掛けてほしいと思います。(千)