コロナ禍で多くの人にフレイル進行の可能性

の高齢者の健康についてインタビュー

をしま

した。福尾教授はコロナ禍で外出を自粛する

科学研究所所長の福尾惠介教授に65歳以上

私は令和4年11月、武庫川女子大学栄養

福尾惠介教授(衆養科学研究所所長)インタビュ

毎日の体重測定とバランスの良い食事を

高齢者は気づかない体重減少に注意を

けています。=2面に関連記事 らす低栄養を早く見つけてほし

日、体重を測定し、健康に深刻な影響をもた

い」と呼びか

進行している可能性が高いことを指摘。「毎 気づかないうちに体重が減少し、フレイルが 高齢者の多くで食欲不振による低栄養から

学会が平成26年に提唱した概念です。

6か月で2キロ以上の意図

しない

重減少❷筋力の低下(握力が男性

西宮市議会議員

態との中間の状態として、日本老年医

フレイルは健常な状態と要介護状

白水峡公園墓地に 募集概要案まとまる 整備中の合葬式墓地 10月に受付開始

関係条例の改正案や予算案の可決ます。詳細は市議会3月定例会での に供用を開始することを想定してい 月に募集受付を始め、令和6年4月 料は遺骨1 要案をまとめました。合葬室の使用 野)に整備中の合葬式墓地の募集概 市は白水峡 体につき5万円とし、 公園墓地(山口町 10

違い、遺骨を共同の合葬室などに ことができます。 形式。墓石の建立や維持管理の なく 、共通のモニュメ 伴う次の世代への承継の必要はあ納骨後は墓地の使用名義の変更 合葬式墓地は個人墓や納骨堂と 個人墓より安価に納骨する ントに参拝する 必 要 納

心して納骨できることが特縁墓となることはなく、安後継者がいない場合でも無 徴です。 骨造平屋建て 式墓地を整備しています。鉄央園地の一部を使って合葬 の需要に対応するもので、 ません。急増する墓じ 市は白水峡 公園墓地の ま

Ŋ

を

伴う次の世代への承継の必要は

体に

つき5万円、遺骨を個別安置

とともに埋蔵する合葬室については

も参考にして設定。遺骨を他の遺骨

の合葬棟を建設 約225平

■白水峡公園墓地で整備中の合葬式墓地=山口町中野

合葬室の使用料は5万円

納 自分の死後に焼骨の埋蔵を希望 できる個別安置室を設けます。 この中に納骨袋に入れて1万体まで められる合葬室と、 500体ま

希望している人。 納骨堂に埋蔵している焼骨の改葬を ている人❸西宮市立墓園の墓地 概要案では、使用料を他市の事例 L

氏名などを記したプ 地に遺骨を埋蔵された人の 合葬室に埋蔵する場合は1 室で10年間、安置した後に を記名板に設置する料金は 体につき10万円、合葬式墓 件につき3万円と て

©0798・35・3296 問い合わせ先は市斎園管理課

を経て決めます。

前に西宮市民だった人の焼骨を持つ 蔵するための焼骨を持っている人と 募できるのは●西宮市民の場合、埋 で骨壺のままで個別に一定期間、安置 ている人②西宮市民以外の場合、生 概要案では、使用対象者として応

西宮市政報告

年4回発行

II

リストの視点で

経

新

聞

記

系無

でが

コロナ禍や物価高が私たちの暮らしにさまざまな 悪影響を与えています。感染への不安や体調、仕 事、経済的な問題、家庭の問題をはじめ、色々な事 情でつらい思いをされている方が多いと思います。 悩みを抱え込まないでください。いつでもいいので 私に電話してください。一緒に考えましょう。 私の連絡先はこのページの下に記載しています。 メールやFAXでも結構です。

言葉の解説

定期送付の ご案内 西宮市政報告「かんの新聞」は年間4回、発行し、南甲子園地区(市 立南甲子園小学校の校区など)と周辺地域を中心に各戸配布し、西宮市内に配 る産経新聞朝刊に折り込みとして入れます。それ以外の方、ビラ配布禁止の集 合住宅にお住まいの方、確実に入手したい方には定期的に送付します。下記**●印**の 必要事項を記載いただき、お申し込みください。市政へのご意見、ご要望や「かんの新 聞」のご感想もお書きいただければ、うれしいです。「かんの新聞」のバックナンバーを ご希望の方もご連絡ください。

●「定期送付希望」 ●郵便番号●ご住所●お名前●ご連絡先電話番号●メールアドレス

はがき宛先

メール・FAXでのお申し込みは 〒663-8153西宮市南甲子園3丁目4-51-101 本紙最下段に記載の宛先まで

リユース(再利用)とは何?

ごみの減量のため、不要になった家具や家電製品などで使用可能な物

を廃棄せず、再利用する取り組みを表す言葉として使われます。西宮

市は一般廃棄物処理基本計画に定める基本方針の1つとしてリデュー

ス(発生抑制)とともに優先的な実践を推奨。市民のリユース活動を促

進し、粗大ごみの発生を抑制するため、民間企業が展開するさまざま

なプラットフォームを活用することにし、令和4年10月に「メルカリ」「ジ

モティー」「おいくら」の運営会社とそれぞれ連携協定を結びました。

本名:菅野雅一(かんの・まさかず)

昭和33年(1958年)、神戸市生まれ。上 智大学文学部新聞学科卒業。昭和60 年に産経新聞社に入社。平成27年1月 に退社し、同年4月の市議選に初当選 31年4月の市議選で再選。保守系で政 党無所属。「会派・ぜんしん」メンバー。ち どり保育園を経営する社会福祉法人真 砂理事長。NPO法人海浜の自然環境を 守る会副理事長。防災士。保育士。

次号は令和5年5月の発行予定です

●詳しい政策はホームページへwww.kannomasakazu.com

かんの雅一

量が低下 クがあることがわかっている」と話高齢者の30~40%は低栄養のリス調。「過去の調査から西宮市の在宅 うち3項目以上が該当すると、フレ つながり、死亡リスクが高まる」と強 る』と一般的に信じられているが、 5身体活動量の低下 常歩行速度が毎秒1 ③疲れやすい⁴歩行速度の低下(通 で28キロ未満、女性で18キロ未満) 齢者の場合は違う。痩せれば、筋肉 イルと判定されます。 福尾教授は「『痩せると健康にな してフレイ ルや寝たきりに の5項目の トル未満) 高

を結び、在宅高齢者が新型コロナウ学栄養科学研究所と包括連携協定 な栄養に関する課題などを ボランティア・就労、地域の人との交 健診、口腔体操) 4社会参加 (趣味· かす) 3 お口の健康 (口腔ケア、定期 (運動習慣の定着。10分多く体を動 食事。しっかり食べる) ②身体活動 の柱として●栄養(バランスの良 イルスとの共存下で抱えるさまざ そのうえで、フレイル予防の4 西宮市は令和2年、武庫 の大切さを強調しました。 女子大 っ

しまし

(外出自粛による運動量の低下や精 へ暮らしの高齢男性に**お**

低栄養に陥っても本人は気づかな 目立つといいます。「食欲の低下 神状態の悪化から食欲の低下

よる筋肉量の減少と免疫力の低 る方法は毎日の体重測定だ」と指 摘したうえで、❶魚類❷肉類❸卵 う」と話しました。 下が知らないうちに進行して. いことが多い。このため、低栄養に 「家庭で唯一、低栄養を発見す

良くとることをアドバイスしました。 果物⑩海藻類─の10品目をバランス ⑥イモ類⑦油脂類③緑黄色野菜⑨ ⁴牛乳·乳製品⑤大豆·大豆製品

かんの雅一事務所

TEL:090-1895-1488 FAX:0798-40-9530 《MAIL》 info@kannomasakazu.com

兵庫県は令和5年度前

半に今津灯台を新しい新

川水門より海側に移設する

方針を固めました。今津灯

台の文化財としての価値を

重視して上部の木造部を

解体せずに、クレーン車で

釣り上げて台船に載せ、約

160メートル離れた移設

先まで海上輸送する計画。

かんの コラム

31

福尾惠介教授 外 出 自 が インタビ 高 齢 者 0) ユ 健 康 主な K 悪 問 影

響

武庫川女子大学栄養科学研究所

ような悪影響を与えていますか 「コロナ禍に伴う外出自粛が高齢 コロナ禍が高齢者の健康にどの

そうだ。転倒などの老年症候群や要 る状態であることがわかっている。 市の高齢者の約4%が加齢などに の低下だ。コロナ禍前の調査で西宮 ことが予想される」 コロナ禍でその状態が悪化して サルコペニアはフレイルにつながる。 コペニアか、サルコペニアの疑いがあ より全身の筋肉量が低下するサル る。例えば、運動不足による筋肉量 者に悪影響を与えていると考えられ :護の高齢者が増える可能性があ 「こうした問題は今後、顕在化 それは深刻ですね。 いる

ることで体内で生成されるが、室内 配している。ビタミンDは日光を浴び びそうですね。 が持病を悪化させるケ 医の受診率が低下 ょう症を防ぐビタミンDの不足も心 ることを懸念している」 る。健康診断の受診率やかかりつけ 「カルシウムの吸収を助け、 外出自粛の悪影響は多方面に及 しており、高齢者 `骨粗.

助教授などを経て平成15年から武講師(加齢医学講座)、同大大学院

大阪府生まれ。鳥取大学医学部卒



《筋肉量の低下や持病の悪化》ビタミンDの不足も心配 業。大阪大学大学院医学系研究科

必要だ」 んなどのリスクを高めるので注意が その一方で日光の浴び過ぎは皮膚が

福尾惠介氏(ふくお・けいすけ)の略歴

■福尾惠介教授(左)とかんの=池開町の武庫川女子大学

兵庫県

令和5年度

前半に

新しい新川水門に隣接の 臨港道路をかさ上げ

■かさ上げされる臨港道路今津線=今津真砂町

兵庫県が 令和5年度

展開させ、津波や高潮による被害を 隣接する防潮堤を結ぶ線まで海側に や高潮を防ぐ防潮ラインについて新 津線を最高で1. トルとする工事を実施します。津波 て大阪湾最低潮位(OP)5·77 水門と甲子園浜海浜公園に 水門に隣接する臨港道路今 かさ上げし X

防潮ラ インを 海 側 ^ 展

減少させるのが狙い。

津波や高潮による被害の減少を図る 兵庫県は令和5年度に今津港の新

成させる予定。 す。令和8年度末までに全施設を完 に位置付けられて 水門の完成に続き、新 います。新 東川

ている南海トラフ巨大地震による津 波が発生しても、今津や南甲子園の 内に70~80%の確率で起こるとされ 県はこの事業によって今後30年以

の車線ごとに実施します

開

水機場や流入水路などを整備しま フラ整備計画と高潮対策10箇年計画 この事業は県による津波防災イン しい新 統合排

とれる30センチ未満に低減できると 住宅地域の浸水の深さを避難行動が 北側は約90メー しています。 臨港道路今津線の工事につい

緩やかな勾配にして最高地点で 事期間は約6か月として の最大斜度は約2.%としています。 かさ上げに伴って発生する臨港道路 は約60メー トルまでのかさ上げを行う計画。 トルにわたってそれ ルにわたって、 おり ぞれ

■今津灯台=今津西浜町

この事業は県による南海トラフ巨大地震を想定した津波防災イン フラ整備計画と平成30年の台風21号の被害を受けて策定した高 潮対策10箇年計画の一環。

この事業によって今津灯台の海側に新しい新川水門を建設したの をはじめ、今津灯台の現在地に新川と東川の河川水を海に排出する 統合排水機場のための流入水路を整備するため、今津灯台を移設す る必要があります。

今津灯台を所有する大関株式会社は灯台としての機能を維持さ せたい意向であり、県は機能維持のため、今津灯台を新しい新川水 門の海側の国有地で県が管理する土地に移設することを決めまし た。文化財としての価値を重視する西宮市の方針を尊重して木造部 について解体による移設をしないことにしました。

今津灯台は上部の高さ約6メートルの木造部と石垣などでできて いる下部の高さ約1.6メートルの基壇で構成されています。

計画では、木造部をクレーン車で釣り上げて台船に載せ、移設先ま で海上輸送。基壇は解体し、石材を陸送します。移設先で基壇を組み 立てたうえ、木造部を載せることにしています。移設の工事期間は約 6か月。

移設先では、今津灯台の周囲に芝生やマツを植え、公園のように整 備する方針。市は移設に合わせて文化財としての調査をすることにして おり、基壇下の地下部分に杭などがないかを調べることにしています。

木造最古の現役灯台である今津灯台は文化7年(1810年)、大 関酒造の長部家5代目の長兵衛が私財を投じて創建。現存する今津 灯台は安政5年(1858年)に6代目の文次郎が再建し、その後も修 復を重ねながら江戸時代の姿を今に伝えています。現在の位置は創 建当時とほぼ同じとされています。

今津灯台は昭和43年、航路標識として海上保安庁から正式に承 認された民営灯台になりました。昭和49年には、西宮市指定重要有 形文化財になりました。西宮観光30選にも選ばれています。

どまり、欠員数が過去最多の128 況になっています。 児童委員のなり手不足が深刻な状 とを明らかにしました。民生委員・ 人で定数全体の17・4%に達したこ 生委員・児童委員数が606人にと 童委員の改選に伴い 民生委員は民生委員法に基づき、 、委嘱された民

治会や社会福祉協議会などの地域 民生委員・児童委員は特別職の地方 の推薦などによって選ばれます。 公務員(非常勤)で、住民の中から自 祉法に定める児童委員も兼ねます。 厚生労働大臣から委嘱され、児童福 民生委員・児童委員の主な職務は 住民に最も近い立場で子供から

物栄養科学部)教授。24年から同庫川女子大学生活環境学部(現・助教授などを経て平成15年から

大 食

栄養科学研究所所長。研究分野は老

年医学と臨床栄養学。医学博士。

ばかりにいれば、生成が阻害される。

品栄養部門、栄養支援科学部門、食内に設立。高齢者栄養科学部門と食 地域社会への貢献。 る人材育成と先進的栄養学的研究、 理念・目的は将来の地域医療を支え 研究部門の5部門で構成する。基本 子大学高齢者栄養科学研究センタ 養支援活動などを進めた武庫川 を母体として平成24年に同大学 人材育成研究部門、認知症予防 援活動などを進めた武庫川女人暮らしの高齢者に対する栄

なり手不足が深刻民生委員・児童委員 化の

市は令和4年12月の民生委員・児

-の高い

《欠員数が過去最多の128人》市が対策を検討 どのライフスタイルの変化― 原因としています。高齢化率の高 公営住宅や大型マンション、商業地

担う 切な行政機関につなげるパイプ役をを行う❷地域住民からの相談を適 見守りや相談・支援活動、情報提供 自の仕事としては、高齢者宅を訪問 高齢者まで幅広い人たちを対象に がいる家庭を訪問する「健やか赤ち する「高齢者実態把握調査」と、乳児 ん訪問」があります。 今回、委嘱された606人の平均 などが挙げられます。本市独

下めの時間的な余裕がなくなるなるなられるなどの個人の価値観の変化2仕るなどの個人の価値観の変化2仕るに関わることを避ける人が増えて全国的な傾向」としたうえで、●地 が 5 1 の欠員数は83人であり、今回は大幅 年齢は65・4歳で、男性が96人、女性 に増えました。 市は欠員が増えたことにつ 0人。3年前の前回の改選時 い

なるケースが増えかねない」とみてえ込んだままになり、深刻な事態にがらず地域の中で悩みや問題を抱 負担軽減を含めた、なり手不足 おり、民生委員・児童委員の活動 ければ、住民が相談支援機関とつな 地域と行政をつなぐパ 域で欠員が多いとしています。 市は「民生委員・児童委員とい イプ役がい な う