

## 当たり前のまちの姿を 残していきたい

参画と協働のまちづくり推進会議  
市民公募委員

山中 彩永 さん



まちづくりを学ぶため  
市民公募委員に

「『参画と協働のまちづくり推進計画』改定のことを話し合う、参画と協働のまちづくり推進会議の委員に応募したのは、具体的にどんなことを考え、まちづくりが行われているのか、知りたかったからです」  
そう話すのは、大学に通いながら同会議の市民公募委員を務める市在住の山中彩永さん。大学では主に観光まちづくり論を学んでいます。

「元々は観光に興味があったんです。高校生の時に市役所の観光担当の人と話す機会があって、観光とまちづくりは一緒に考えないといけないと教えてもらいました。観光スポットやイベントだけでも、人の営みや気質だけでもだめ。大学ではその仕組みを学んでいます」

山中さんは「参画と協働」について、大学で知りました。「目玉となる観光スポットなどを目当てにまず来てもらう、まちの良さも知ってもらう。セットで好きになってもう。セッパで強いの。そしてまちの良さを生むのは、まちを良

くしようという住民の行動で、それには参画と協働が必要だと学びました」

頭では理解できても、経験がないので実感が湧かなかったと山中さん。まちづくりに実際にふれるため、同委員に応募しました。

**これから経験を積んで地域に生かしたい**

会議に参加している自治会長の話を聞いて、あって当たり前だと思っているものの今の状況を理解したそうです。

「私は地元が好きなんですけど、それってお祭りなどの行事や自然の中の思い出が、いっぱいあるからだと思います」

「今の子どもたちにも好きになってもらえる地域にするために、何をすればいいかはまだ分かりません。将来どんな仕事をするかも決まっていますが、経験を積んで、地域に生かしたいと思っています」

「今の子どもたちにも好きになってもらえる地域にするために、何をすればいいかはまだ分かりません。将来どんな仕事をするかも決まっていますが、経験を積んで、地域に生かしたいと思っています」



おとな子どもも

食と育つ

保健センター  
☎ 072(758)4721



## 朝ごはんのすすめ

一日を元気に過ごすためのポイントは  
早寝・早起き・朝ごはん

県では朝を大切に作る取り組みとして、4年9月から「朝が楽しければ、たぶん今日が楽しい HYOGO アサ@プロジェクト」をスタートしています。

例えば、朝食。一日を元気に過ごすために欠かせません。食べないと学力や仕事の効率低下につながり、健康にも影響します。コロナ禍となってから朝食を食べない人の割合は増加傾向にあり、全世代では13.9%、20～30歳代では26.5%まで増えています。小・中学生では、一時期は減少傾向がみられたものの、近年は横ばい傾向です(農林水産省「食に関する意識調査」から引用)。原因の一つに、コロナ禍での生活リズムの乱れが考えられます。

また、朝食を食べない傾向がある人に、朝食を食べるために必要なことを聞いたところ、割合が最も多いのは「朝、食欲があること」(46%)でした。次いで、「朝、早く起きられること」(43%)、「自分で朝食を用意する時間があること」(38.9%)と続きます。これらのデータから、おながすいた状態ですっきり目覚め、一日を元気に過ごすためには、「早寝・早起き・朝ごはん」が大切だと分かります。

4月から新年度がスタートします。今まで食べる習慣がなかった人は食べる習慣を、食べる習慣がある人は栄養バランスを考えた朝食を目標に取り組んでみませんか。



詳しくはこちら

生きる

人権推進多文化共生課  
☎ 072(740)1150

## 違いを受け入れる Vol.1

娘が不登校に。そして会話ができなくなった  
悩んだ末、娘に歩み寄ることに

1年間、コラムを担当するコミュニケーション講師の横山由紀子です。「毎日の生活を楽にするヒント」を届けていきたいと思いますので、どうぞよろしくお願いいたします。

私がコミュニケーションの勉強を始めたきっかけは、一人娘と会話ができなくなったことでした。彼女は小学6年生の時不登校になり、自分の部屋に閉じこもってしまったのです。私は娘の行く末が心配で心配で…。当初、娘をなだめすかして学校へ行かせようと躍起になっていました。それでも娘は頑として動きませんし、親から見てもつらそうなのです。

そんな姿を見ているうちに、私の考えも「学校なんかどうでもいい。もう一度笑顔で話ができるなら、他に何もいらぬ」と思うまでに変わっていきました。そのためには、親の私が歩み寄る必要があります。娘を理解したい一心で、「話の聴けるお母さん」になろうと、コミュニケーションに関する本を読んだり、心理学の講座を受講したりしました。

よくよく話を聴いてみると、私と娘の感受性は、大きく違っていたんです。「親子だから」「いつも一緒に居るから」と分かっている気になっていましたが、本当の気持ちに目が届いていなかったことを痛感させられました。後に分かる事なのですが、娘は「HSC(Highly Sensitive Child)」、人一倍敏感な子どもだったのです。超が付くほど鈍感な私と、敏感で生きづらかった娘が、どう折り合いを付けて、仲良く親子になれたかは、次回の広報誌5月号でお伝えしますね。

(会話の泉事務局長 コミュニケーション・サポーター 横山由紀子)

消費生活センターだより

消費生活センター  
☎ 072(740)1167

## スマホやPCでのネット通販

商品が届かない！  
悪質通販サイトに気を付けて

**事例1** SNSの広告で見た1万円の電動自転車を注文した。カードが使えなくて書いてあったのに、口座振り込みしか案内されなかった。2～3日中に発送すると返事があったが、1週間経っても商品が届かない。メールするが返事がない。(40歳代男性)

**事例2** ネットで有名メーカーのソファが格安で売っていたので注文し、カードで払った。商品が届かず、メーカーに問い合わせたら、偽サイトではないかと言われた。数日前、ソファではなく安物のアクセサリが届いた。(50歳代女性)

**回答** ネット通販で、「商品が届かない」「違う商品が届いた」という相談が多くあります。SNSや動画サイトなどの広告を見て注文する場合や、ネットで見つけた格安サイトで注文する場合にトラブルが多いようです。事業者の住所や連絡先が存在しない、不明であるなど、悪質な通販サイトの被害に遭った場合、支払い方法により対応が異なります。銀行振込は、お金を取り戻すことが困難です。すぐに振り込み先の金融機関へ連絡し、警察へ被害を届け出ましょう。代金引換サービスの場合もいったん払ってしまうと返金は困難です。クレジットカードで払った時はカード会社へ相談してください。

また、通販サイトを利用する時には「特定商取引に基づく表記」などで事業者の情報の確認を。支払い方法が個人名義の口座への振り込みしかない、ブランド品やメーカー品の価格が極端に安い場合は避けた方が良いでしょう。