

市長メッセージ（平成30年（2018年）9月1日）

『暑さをのりこえて』

今年の夏は酷暑というより、獄暑。熱中症で倒れる方が相次ぎ、暑さが「災害」と言われるほどでした。夜もクーラーを切ることが出来ず、人工の冷気は連日だと体に負担もあるようで、何となく朝の目覚めがスッキリしない日が続きました。もうしばらく残暑の日々ですが、真夏の疲れが出る頃です。どうぞ気をつけてください。

私はこの夏「梅水(うめみず)」をよく飲みました。宝塚市大使で、料理研究家の程一彦さんに教えてもらった熱中症対策法です。ガラス瓶に少しすっぱめの梅干しを2個ほぐして入れて、あとは水を注いでよく冷やすだけ。私は毎日この水をペットボトルに入れて、冷凍庫で半分ほど凍らせて職場でお茶がわりに飲みましたが、ほんのりピンクに色づいて、適度の塩分が摂取できてとても重宝しました。80歳を超えて今なお現役で、テレビや料理界、また歌手としても大活躍の程先生にあやかりたいとの思いで始めましたが、梅干しに水だけなので経済的ですし、何よりこの夏を元気で過ごせたのはこの「梅水」のおかげと心から程先生に感謝しています。

さて、耳にタコが出来るほど聞くのは2025年問題。団塊世代が一斉に75歳、後期高齢者（この言葉も嫌いですが）に突入していく年です。超高齢化社会→この言葉には負のイメージがあります。高齢者は社会のお荷物だという…。それじゃあ、せいぜいお荷物にならないように頑張って、元気な高齢者はむしろ社会の担い手になろうじゃありませんか、という取り組みが、本市が進めようとしているエイジフレンドリーシティ（高齢者にやさしいまちはすべての人が生きやすい）です。

この施策の要は一つには地域（市民）の方々が、年齢や立場をこえてつながっていくこと。これは簡単なことではありませんが、やはり人間はひとりでは生きていけないと思います。何かあった時、まずは近所での助け合いが重要、通りがかりのあいさつ、地域の居場所づくりや、催しへの参加など互いに顔の見える関係を築いていくことが大切です。

二つ目は行政の職員も地域に出向き、皆さんの活動を肌で感じ、生活しやすいまちづくりを実践する作業を市民と共に進めていくこと。これについては、室長級をはじめ職員が積極的に地域に出向くようにしています。

三つ目は医療と介護の連携。年を取れば体が不調になるのは当たり前。そんな時ひとり暮らしは不安です。だからこそ、そこをサポートできる体制づくりは急務です。このことについての協議は、以前から行われていて少しずつ動き出していますが、まだまだ脆弱(ぜいじゃく)です。「安心」につながるよう、もっと頑張らねばならない分野です。

さて、8月20日のサマーフェスタは大にぎわいでした。久しぶりに宝塚の空を彩った花火。約3分、100発だけでしたが「うわぁ、きれい！」と歓声が上がリ、大きな拍手が起こりました。何よりお祭りに来てくださった皆さまの笑顔が印象的で、それが嬉しくて、なかなか眠りが訪れない夜でした。