

子どもの健やかな成長を願うとき…

スポーツ少年団があります

子どもとスポーツ活動

文部科学省が毎年行っている調査によると、子どもの体力・運動能力は昭和60年ごろから低下傾向にあります。現在の子ども世代とその親の世代とを比較すると、ほとんどの項目で子どもの世代が親の世代を下回っています。

一方、身長や体重などの体格は、



子どもの世代が親の世代を上回っています。体格が向上しているにもかかわらず、体力・運動能力が低下していることは、身体能力の低下が深刻な状況にあることを示しています。

発育・発達期にある子どもたちにとって、スポーツを継続的に行うことは非常に大切です。スポーツに親しむ習慣を子どものうちから身に付

けることで、基礎的な運動能力が養われ、生涯にわたりスポーツを楽しむといった土台を築くことができます。

スポーツ少年団とは

「二人でも多くの青少年にスポーツの喜びを!」「スポーツを通じて青少年のからだところを育てる組織を地域社会の中に!」という理念から、子どもたちが地域社会において幅広いスポーツ活動を行っている団体です。

スポーツの技術だけではなく、喜びや楽しさを体験すると共に、仲間との連帯や友情を育て、さらにはその課程の中で協調性や創造性などを育み、人間性豊かな社会人として成長することを期待しています。

市内には約80の団があり、1、500名の団員と、500名の指導者が活動しています。多くの団は小学校単位で団員が集まり、その活動内容はさまざまです。

スポーツ少年団に加入を

小学生なら誰でもスポーツ少年団に加入することができます。また、小学生以上の子ども10名と20歳以上の指導者1名がいれば、新たな団として市に登録することもできます。団の活動に興味のある方は、ぜひ団本部までお問い合わせください。

くわしくは

市スポーツ少年団本部(スポーツ振興課内) ☎(21)5183

表：市内スポーツ少年団の種目とチーム数

種 目	チーム数	種 目	チーム数	種 目	チーム数
野球	16	硬式テニス	1	柔道	2
ミニバスケットボール	11	体操	1	スピードスケート	1
剣道	11	アイスホッケー	3	ソフトテニス	1
サッカー	13	空手道	5	バドミントン	1
ホッケー	7	バレーボール	2	陸上	1
卓球	2				

※チーム数は平成25年度の登録数です。

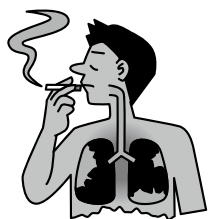
喫煙指数(ブリンクマン指数)を知っていますか?



ブリンクマン指数とは、これまでにどれくらいのタバコを吸ってきたかを示す指数です。具体的には、1日の平均喫煙本数に喫煙年数を掛け合わせた数字で表されます。

例えば、1日20本を30年吸い続けていると、喫煙指数は600ということになります。

過去のデータによると、喫煙指数が400を超えると肺がんのリスクが高まり、600以上で高危険度群と呼ばれます。また、1、200以上になると咽頭がんのリスクが極めて高くなるといわれています。



禁煙外来

ブリンクマン指数が200以上であれば、禁煙外来の健康保険適応を受けることができます。

禁煙外来では、ニコチン依存度のチェック、体内に含まれる一酸化炭

素タバコに含まれる有害物質の量を測定を行います。その後、医師と相談しながら禁煙日を決め、禁煙補助薬の助けを借りながら禁煙をはじめます。

禁煙補助薬

タバコを吸っておいしいと感じるのは、タバコに含まれるニコチンが脳内をコントロールして、おいしいと感じさせているからです。禁煙補助薬は有効成分が脳に先回りして、ニコチン不足からくるイライラやタバコを吸いたいという禁断症状を抑制してくれます。そのため禁煙成功率が他の方法に比べ高いといわれています。

タバコは体に良くないと思いがちですが、なかなか禁煙に踏み切れなかった方も、これを機に禁煙してみませんか?

禁煙外来を実施している病院の紹介も行っています。

くわしくは

健康課保健指導班 ☎(21)2756

樹木の管理にご注意ください



道路への倒木や枝の落下に注意しましょう

所有している樹木が、道路上に倒れたり、枝が落ちたりして、通行人がけが、または車が破損した場合、相手から民法上の不法行為による損害賠償を請求される可能性があります。歩行者および自動車などの通行の安全確保のため、所

有する樹木に倒木の恐れがある場合や、樹木の枝が道路を覆ったり、張り出したりしている場合は、伐採または枝払いをお願いします。

なお、道路法では次の行為が禁止されています。

- 道路を損傷したり、汚損したりする行為。
- 道路上に土石や竹木などを積み上げるなど、道路の通行を妨げる行為。



道路上に生い茂った樹木



歩道に倒れている樹木

※強風や大雨・降雪時には特にご注意ください。

くわしくは

国道・県道について

県日光土木事務所 保全部 ☎(53)1221

市道について

今市地域

維持管理課 ☎(21)5160

日光地域

④産業建設課 ☎(54)1114

藤原地域

④産業建設課 ☎(76)4107

足尾地域

④産業建設課 ☎(93)3117

栗山地域

④産業建設課 ☎(97)1133