

大井川の清流を守る研究協議会から

問い合わせ

大井川の清流を守る研究協議会事務局  
(本庁企画環境課内) ☎ (56) 2221

◆大井川の清流を守る「標語」を募集します。多数のご応募お待ちしております。

3市3町（御前崎市・牧之原市・島田市・吉田町・川根町・川根本町）で組織する大井川の清流を守る研究協議会では大井川の環境保全に関する標語を募集します。

下記の要領を確認のうえ応募ください。

応募された作品の中から、協議会で審査を経て数点を優秀作品として公表いたします。

なお、作品は今後、協議会の活動で使用することを承諾する方の応募に限ります。

◆応募方法：はがきに住所・氏名・年齢・電話番号を記入のうえ、自作の標語を1点記入し、下記まで郵送してください。

◎条件1／標語に「大井川」の文字が入ること。

◎条件2／清流、環境保全、地域の宝であるなどの環境保全啓発を図るイメージであること。

◆応募締切：10月15日の消印有効

◆応募先：〒428-0313 川根本町上長尾627

川根本町役場企画環境課

「大井川の清流を守る研究協議会事務局」あて

◆その他：審査の結果、優秀作品の方には通知をもって11月末までに連絡します。審査の結果の問い合わせはご遠慮ください。

◆優秀作品：応募作品の中から数点を優秀作品として選び、大井川流域に関係のあるプレゼントを自由に選んでいただきお渡しいたします。



Topics & News

地球環境に配慮した事業所運営のために。

「エコアクション21イニシャティブプログラム」町内事業所向け説明会を実施。

8月1日・10日の2回、環境マネジメントシステム「エコアクション21」の町内事業者向け説明会を実施、町内6事業所の参加がありました。

「エコアクション21」はISO14001をベースとし、より取り組みやすいシステムとした制度で、事業所から排出される温室効果ガス、廃棄物の排出抑制や資源のリサイクルを効果的に行うための認証取得制度です。

説明会では、社団法人静岡県環境資源協会事務局から、認証取得までの行程や県内事業所の認証取得状況について説明がありました。

川根本町では9月から町内事業所を対象としたエコ

本庁企画環境課企画環境係 電話 (56) 2221

アクション21認証取得支援事業「エコアクション21川根本町イニシャティブプログラム」を行います。

この事業は町内事業所を対象に、認証取得へのコンサルを参加者合同で行い、その費用をエコアクション21地域事務局（社団法人静岡県環境資源協会）が負担することで認証取得までの経費を一部支援するものです。合同コンサルは認証取得まで5回程度行う予定です。



季節を彩る和菓子と茶羊羹の店

～御菓子処～

新装開店  
地名260-11  
TEL 56-1312

昇陽堂



秋の行政相談週間です 10月15日～21日

問い合わせ

本庁総務課行政係 電話 (56) 2220  
総合支所管理課庶務係 電話 (58) 7073

◆行政に関する苦情・相談など「行政相談委員」にお気軽にご相談ください。

「窓口で不親切な扱いを受けた」、「事務処理が誤っていると思うが…」、このような行政に対する苦情や要望、問い合わせなどを聞き、解決の促進を図るのが行政相談です。

そして、住民の皆さんが行政相談を申し出る際、身近な窓口になるのが行政相談委員です。

行政相談委員は、総務大臣から委嘱された民間有識者（ボランティア）の方々です。お気軽にご相談ください。

静岡行政評価事務所 行政苦情110番  
電話 0570 (090) 110

〒420-0853 静岡市葵区追手町9-50 静岡地方合同庁舎5階

\*広報の「くらしのカレンダー」にも相談日が記載されています。「各種相談」の欄をご確認ください。



中村とし子さん  
(小長井区)



渡邊妙子さん  
(八中区)

知ってトクする健康の話 19

今月は「音楽の効果」について、森保健師がご紹介いたします。



〔音楽の効果・・・〕  
皆さんは、音楽は好きですか？好きなCDを買って聴いたり、コンサートに出かけたりと改めて「音楽を聴く」ことをしていない人でも、テレビやお店の中で流れてくる音楽を聴くなど、音楽に触れることのない日はないのでないでしょうか。  
音楽によって心が癒される時、人間の身体には「血圧が正常な値に近づく（高い血圧は下がり、逆に低い血圧は上昇）」、「リラククスを示す副交感神経の働きが高まる」などの変化が起こっているとされています。  
皆さんは、落ち込んでいるとき、どんな曲が聴きたくな

りますか？落ち込んでいるとき、暗い曲を聴いたらますます落ち込みそうだからと明るい曲を聴いてみると、心が受け付けたらいいですね。これは「同質の原理」という心理学的に説明されていることで、悲しいときには悲しい曲を聴くと、一時的にもっと悲しくなりませんが、その反動で悲しさを押し流すことができるのだそうです。「つらい時に〇〇の曲でなぐさめられた」「失恋したときには△△の曲が効く」など、誰もが経験しているのではないのでしょうか。また、スポーツや勉強のとき、集中力ややる気を高める目的で、音楽が活用される場合があります。音楽がほど良い緊張とリラククスをもたらすのです。

〔どんな曲が効果的・・・〕  
それでは、心を癒すのにはどんな曲が効果的なのでしょう。いわゆるヒーリング（癒し）CDにはクラシックが多いですが、クラシックの苦手な人がクラシックを聴いても、効果は期待できないかもしれません。それよりも自分の聴きたい音楽を聴くことの方が大事です。  
人は悲しいときは悲しい曲を、興奮しているときは激しい曲を自然に求めるものです。  
心の欲求に逆らわず素直に音楽を聴くのが一番であると言えるでしょう。

