

こんにちは!

横浜市議員


こしいしかつ子



-働く女性・母親の目線で地域の課題を市政に届けます- **です!!** [レポートNo.17]

発行元：輿石且子政務調査事務所 横浜市栄区公田町514 TEL045-894-9956 FAX045-894-9957 <http://www.koshihishikatsuko.jp/>

活動報告

こしいしかつ子のブログ▶ 
<http://katsuko.jugem.jp/>

市議会で会議に出席するほかに、毎日様々な活動をさせていただいています。栄区内、被災地、他の政令市など、視察は場所も目的も多種多様になり、その経験を市政に反映させたく報告書にまとめたりとしています。多くの皆様に日頃の思いをお伝えすることは意外に難しいと感じています。今回は活動の一部をご紹介します。写真は自分で撮影することが多く、私が写っていません…反省。ブログ、facebook、ツイッターも是非ご覧下さい。

- ①市民の森火災訓練 ②地産地消の流れから農を考える
- ③JR高架橋下 視察 ④久保橋バス停付近歩道 視察
- ⑤栄区社会福祉協議会／ボランティア・市民活動分科会研修会
- ⑥地域防災拠点訓練 視察 ⑦起震車体験
- ⑧栄区災害ボランティアネットワーク／センター運営訓練
- ⑨区民の声に応じ区内視察（歩道橋階段の劣化）
- ⑩区民の声に応じ区内視察（柏尾川護岸整備箇所）
- ⑪矢沢小学校跡地なかよし公園・オープニングイベント
- ⑫女川町がれき処理 現地視察 ほか



♪お互いさまの心で目指そう！ 元気に長寿♪

スローピングをご存知ですか？

スローピングという簡単な運動の効果に注目が集まっています！
スローピングとは坂道や階段といった傾斜（スロープ）のあるところで、一定距離の上がり下がり を 繰り返す運動のことです。
スローピングは、最短・究極の心身若返り法！

第1回 講義とミニ体験会

日時：6月6日（水）14:00～15:30

場所：つのだ会館（神奈中バス本郷車庫前）

会費：100円

主催：さかえ福祉まごころの会（理事長こしいしかつ子）

講師：奈良岡紘子（国際スローピング協会副代表）

第2回以降も
企画中です！
ご参加ください



奈良岡紘子さん

東京大学医学部付属看護学校卒業。
日本石油本社診療所、互恵会大船中央病院に看護師として勤務。
著書：間違いだらけの血圧測定にさよなら（主婦の友社）

事務局スタッフ募集中！ 詳しくは事務所までお問合せください（045-894-9956）