

中村欣一郎市長の

山椒は小粒でも...

Vol.38

体育館でつながりましょう！



鳥羽市民体育館は築47年、

前回の国体に合わせて建設されました。雨漏りや照明が暗いなど、ここ数年改修してほしいとの声も多く届いています。そこで、来年のこのわか国体でのフェンシング会場になったことを契機に整備を進めてきました。3月に大改修を終え、早速多くの方々に利用されはじめました。夕方、前を通りかかると、以前より明るくなった体育館の明かりが外へ溢れ出しているのを目にすると、なくてはならない施設だと改めて思いました。

そしてその右隣にも、一回り小ぶりの建物が間もなく完成します。(仮称)サブアリーナと呼ぶ多目的の施設です。

多目的の一つの目的は、バレーボールコートが1面分とれる体育館としての利用です。スポーツをするには制限がありませんが、健康イベントや低学年のゲーム、大会であれば冷暖房もあるので、快適に楽

しむことができず。

そして二つ目の目的は、一昨年、耐震性を保てないことから、やむを得ず使用を止めることにした市民文化会館大ホールの役目を果たすことです。座席数は約500席でこれまでとほぼ変わらず、駐車場の心配もありません。文化や芸術の発表の場として多くの方々の活用を期待します。

さらに、サブアリーナの横腹には半円状の屋外ステージをプラスしました。

前面には、芝生広場、そのまた隣にはサッカーコートもとれるほどの多目的グラウンドになり、1万



人を超えるイベントの開催も可能になります。

新型コロナウイルス感染症の影響でこけら落としに予定していた市民文化祭も中止になりました。市では11月12日(木)に竣工式を、11月12日(木)~15日(日)には市民のみなさんへの見学会を予定しています。

この中央公園には、これら体育館のほか、野球場、相撲場、テニスコート、プールがあります。道路を挟んで、市民の森公園、ひだまり、武道館、リサイクルパーク、図書館、そして大型ショッピングセンターもあり、すべての路線バスがここを通っていることから、最も市民の集いやすいエリアになると思います。みなさんのご利用をお待ちしています。



Vol.197

市民課人権・市民交流係
☎ 1126

メンタルヘルス

「メンタルヘルス」とは、こころの健康状態のことを言います。

ひとくちに「こころの健康」と言っても、情緒的健康や知的健康、人間的健康など、さまざまな要素があり、これらを総称するメンタルヘルスを健康な状態に保つことは、自分らしくいきいきと生きること大きく影響します。

こころの健康に不調をきたしている状態は、「メンタルヘルス不調」や「こころの病」などと言われ、ストレス社会の現代において、深刻な問題となっています。

しかし、身体的な病気や障がいに対する予防・治療、人権への配慮については、多くの対策が講じられているのに対し、

メンタルヘルス不調やこころの病を抱えた人々は、その症状が目に見えないなどの理由により、周囲の人々から理解されにくく、誤解や偏見、差別的な目で見られてしまうことも少なくありません。

そこで、オランダに本部を置く世界精神保健連盟(WF MH)が定めた毎年10月10日の「世界メンタルヘルスデー」には、メンタルヘルスに関する人々の意識を高め、差別や偏見をなくすための活動が世界各国で行われています。

暑い夏が過ぎ、季節は秋です。季節の変わり目は、メンタルヘルス不調が増えやすいと言われています。憂うつ、不安、不眠、倦怠感などの不調を感じていませんか？

適度な運動、バランスのとれた栄養・食生活、休養を心がけ、ストレスと上手につき合いながら、過ごしやすい秋の季節を楽しみましょう。

