

## イキイキ健活！ 「私のプラス1」



生活に気軽に取り組みめる健康習慣を1つ加える「プラス1」運動。毎月、皆さんの「プラス1」を紹介しています。



▶T・Uさん

**新健康7アクション**  
 ● 身体の状態を知り  
 ● 生活習慣を見直そう！  
 ● アプリを活用して  
 ● 夢の実現へ！

数年前に腰の手術を受け、現在週3回の訪問介護と週2回のリハビリに通っています。手術後ほとんど歩けなかった頃、よく歩いてトイレに行く夢を見ました。現在は杖で歩けるまで回復し、トイレにも行けて喜んでます。元気な頃は、「敦とんあるこ」の1日1万歩に挑戦して楽しかったです。現在は、リハビリの後に「敦とんあるこ」で歩数を確認し、モチベーションを上げています。次の夢は、鳥の声を聞きながら野坂山を見て竿の川の堤防を歩くことと、辛い越前おろし蕎麦を食べに行くことです。アプリも活用しながら、夢の実現に向かって焦らずに頑張りたいと思います。

皆さんの「プラス1」を紹介しませんか？詳しくは、健康推進課（☎25-5311）までお気軽にお問い合わせください。



## まちづくりと観光の相乗効果に期待 2月3日 株式会社港都つるが観光協会 発足式

「株式会社港都つるが観光協会」の新体制が2月1日に発足したことを記念し、多目的広場「カグ〜ル」で新会社の発足式が行われました。これまでまちづくりについては「港都つるが」が、観光については「敦賀観光協会」がそれぞれ情報発信などを担っていましたが、北陸新幹線敦賀開業による誘客効果の持続や、まちづくりを一体的に推進することを目的に今回の統合が実現しました。刀根荘兵衛社長は「まちづくりと観光の統合による相乗効果に期待する。」と述べていました。



## ウクライナ侵攻の実情を知る 2月25日 ウクライナの子供も達を支える会代表 坂本龍太郎氏 来敦

ポーランド在住でウクライナ避難民の支援活動に尽力されている坂本龍太郎さんが来敦されました。坂本さんは、ポーランド孤児を受け入れた歴史のある敦賀市への訪問を長年希望されており、今回の来敦は、一時帰国中のタイミングで実現したものです。「今、ウクライナの子供も達」と題し講演会を行った坂本さんは、「若い皆さんが世界平和について考え続けてほしい。」と敦賀高校生約30人を前に訴えました。講演を聴いた瀧波夏樹さん（2年生）は「人助けは自分の為にもなるということを知った。まずは、周囲の人たちのために行動することを心掛けたい。」と話していました。



## とことん探究！高校生！ 2月11日 令和6年度 敦賀高等学校 探究成果発表会

敦賀高校1、2年生が総合的な探究の時間で取り組んできた活動の成果発表会が行われました。発表は、各教室で1チーム10分程度で行われ、全184チームが自ら興味を持ったテーマについて先行事例や仮説、分析や結果、これからの課題などをスクリーンを使って示しながら発表しました。「音楽と集中力の関係」について3人で探究し、勉強中は音楽を聴かないことが集中力向上につながることを発見した赤澤菜月さん（1年生）は、「結果が本当なのか自分自身で改めて試してみたい。そして次は、勉強前に音楽を聴く場合はどうなるのか探究したい。」と笑顔で話していました。

## 「敦賀をひろげるプロジェクト」第3期 チーム活動紹介！

敦賀に住む・働くさまざまな方が所属を超えてフラットに繋がり、街づくりに挑戦する「敦賀をひろげるプロジェクト」。今年度第3期に活動した4チームを紹介！活動内容など詳細は市HPをご覧ください。

問い合わせ先  
 観光誘客課 ☎22-8241

**【つるとんとん】**  
 「まだ見ぬ敦賀の魅力を発見！発信する！」をテーマとするチーム。敦賀の魅力を現地取材し、SNSなどの発信を企画しています。福井県の「ふくい千年文化プロジェクト」に参加して、市内にあるお店の取材や記事の作成を行いました。

**【YOUNGZ (やんぐ ぜっと)】**  
 若者たちに「敦賀で暮らす選択」を考えてもらうことをテーマに、高校生とシターンした若手社会人でつくるチーム。「若者が楽しめる街・敦賀」を目指し、市内カフェと協力して若者を巻き込む企画を検討しています。

**【Tsuruga to World (つるがとう わーど)】**  
 外国人観光客の方に、より敦賀を楽しんでもらうことをテーマとするチーム。外国人観光客向けおもてなしセミナーへの参加や、己書（おのれしょ）体験イベント、世界のお菓子パーティーなどを開催しました。

**【Night Light Eight ∞ (ないとらいと えいと)】**  
 敦賀で人との繋がりを作ることをテーマに、夜のイベントの開催を目指すチーム。25年1月にはオルパークで傘を使ったデコレーション制作や「敦賀の写真展」など、複数の企画を掛け合わせた交流会イベントを開催しました。

▼田植踊り (大人)

▼田植踊り (児童)

## 豊作を願って力強い踊りを披露 2月2日 野坂だのせ祭り

室町時代から続くとされる、県指定無形民俗文化財「野坂だのせ祭り」が野坂公会堂で開催されました。この祭りは、同区の大人と子どもたちが「素襖」と呼ばれる伝統的な衣装をまとい、木をバチがわりに太鼓を打ち田を耕す様子を模した「田打踊り」と、杉を手に持ち田植えを演じる「田植踊り」を踊り豊作を祈願します。児童と大人それぞれ6人一組となり、「だーのせーのせーのや」と掛け声をかけながら迫力のある舞いが披露されました。野坂だのせ祭り保存会の小串喜久雄会長は、「野坂区の伝統ある祭り。今後も継続していきたい。」と話していました。



▲田打踊り (大人)



▲田打踊り (児童)