

さいたま市議会議員(南区選出)

浜口けんじおせっかいレポート

Vol.76号 ~会いたい時に一番会える議員を目指して~



「声なき声をさいたま市政へ！」
浜口は今日も笑顔でがんばります！

市民が元気に長生きできるまちを目指して！

最近「健康寿命」という言葉をよく聞きますか？
「健康寿命」とは日常的に介護を必要としないで、自立した生活ができる生存期間のことを言います。さいたま市では「健康寿命」を延ばすためにさまざまな取り組みが行われています。徐々にその効果が出始め、2015年の健康寿命ランキングにおいて、さいたま市は全国3位になりました。浜口はこれからも市民のみなさんが健康になる取り組みを提案して参ります。

健康寿命ランキングでさいたま市は全国第3位に！

最新の市町村別の健康寿命ランキングが発表されました。上位8位までご紹介します。

- ①浜松市 74.76歳 ②静岡市 72.96歳 ③さいたま市 72.71歳 ④相模原市 72.56歳
⑤横浜市 72.54歳 ⑥千葉市 72.50歳 ⑦仙台市 72.42歳 ⑧京都市 72.24歳

健康寿命を延ばすためには「緑茶」をたくさん飲むといいそうです。確かに上位の市町村は「緑茶の消費量」が多いことから頷けますね。さらに上位をねらうさいたま市では、健康寿命を延ばすために来年度さまざまな制度を導入予定です。その一部をご紹介します！

- 一、さいたま市民マラソンを復活させて「さいたま国際マラソン」と同時開催する。
- 一、歩数計を配布し、歩数に応じてポイントを付与する「健康マイレージ制度」を開始。
- 一、各区でウォーキングイベントを実施し、市民にウォーキングの啓発。
- 一、60歳以上の市民のボランティア活動に対し、奨励金と交換できるシルバーポイント制度。
- 一、高齢者を対象に公民館や運動遊具が設置されている公園などで介護予防教室を開催。

これからも「健康長寿日本一のまち さいたま市」を目指して浜口頑張っ参ります！！

浜口けんじおせっかいブログ更新中 <http://kenji-hamaguchi.jp/>

浜口けんじ で検索

ぜひ一度ご覧になって頂き読者登録をお願い致します。毎回魂を込め書いています！

みなさんのご意見・ご要望をお聞かせ下さい！

ご住所：

お名前：

ご連絡先：

FAX：048-837-9031へこの紙を送信！！

↑上記のFAXを使って政治家をどんどん活用をしてください！ みなさん平等に税金を払ってらっしゃいますよね。そして政治家は税金を頂いて議員活動をさせて頂いているのです。でしたら政治家を働かせた方がお得ですよね。生活の中で困りのことをぜひ浜口にお寄せください。できることできないことは当然ございますが、最大限努力することお誓いします！

【電車の中やお家で思わずにやり！サラリーマン川柳！プロデュースBY 第一生命】

- ① トライして ずっと寝たママ ごろん丸
- ② ただでさえ 無礼な部下の 無礼講
- ③ 部下のいう『課長やばい』は褒め言葉
- ④ 我が家では イエスカハイの 二択制
- ⑤ 子が巣立ち 妻と二人の シェアハウス
- ⑥ 不機嫌な 妻のトリセツ あった？カナ

o(^▽^)o 浜口の読めば元気になる語録見えない腹黒市議会議員

いかに苦しいことがあっても

ヤケになるのは短慮の極みである

逆境にある人は

常に「もう少しだ」「もう少しだ」と

言って進むがいい

やがて必ず前途に光が差ししてくる

(by「武士道」作者 新渡戸稲造)

浜口けんじ

1970年生まれ 現在 45歳

埼玉大学附属中学校卒業

私立城北高等学校卒業

東洋大学 経営学部経営学科卒業

学生時代は東京ディズニーランドで

勤務しホスピタリティの原点を学ぶ。

大学卒業後旅行会社に10年勤務。

添乗員として世界中の歴史・文化

に触れ、日本の立て直しを決意。

その後衆議院議員秘書を経て

現在さいたま市議会議員・防災士・二人の娘のパパ



今年も週3回欠かさず南浦和駅・武蔵浦和駅にておせっかいレポートの配布をさせて頂いております。

浜口けんじ事務所

〈曲本事務所〉 〒336-0033 さいたま市南区曲本 5-7-5

TEL：048-762-6265 FAX：048-762-6266

最寄り駅：武蔵浦和駅 徒歩10分 沼影小学校 斜向かい

〈太田窪後援会事務所〉 〒336-0015 さいたま市南区太田窪 5-23-5

E-Mail：kenjihamaguchi@mail.goo.ne.jp

最寄り駅：南浦和駅 徒歩10分 産業道路沿い

<http://kenji-hamaguchi.jp/> 浜口けんじで検索して下さい

ホームページが新しくなりました！ぜひご覧ください！

心をこめてブログも毎日更新中です。元気になりますよ！



浜口けんじ事務所