

# 県総合計画審が答申

## 待機児童 121項目で数値目標

県総合計画審議会(会長 河部浩幸・九電工会長)は27日、行政運営の指針となる総合計画に、小川知事に答申した。答申では121項目で数値目標を盛り込んでおり、県は答申をもとに2012年度から5年間の計画案をつくり、県議会2月定例会に提案する方針。

審議会は会社役員、大学教授、県議ら31人で構成。昨年9月から5回にわたって議論し、県民意識調査も行った。

答申では、雇用創出や高齢者、子育てなど10分野を柱に、県民幸福度日本一の県を目指すよう示した。また①5・8%の完全失業率を5%に改善させる②70歳まで働ける企業の割合を16・1%から30%に引き上げる③保育所待機児童数ゼロなど、10分野に対応した121項目に具体的な数値目標を盛り込んだ。

河部会長は「数字で示すことで実現したかはっきり分かる。達成が難しい数値もあるが、できるだけ近づけるように頑張らしてほしい」と述べた。

答申書を受け取った知事は「県民全体で総合計画の考え方や内容を共有し、市町村や企業、民間団体などが連携協力して県民幸福度日本一を目指したい」と話した。

# グリーンアジア特区

## 県と2市 共同事務局



共同事務局の看板を設置する(右から)小川知事、北橋市長、高島市長

県と北九州、福岡両市は27日、昨年12月に政府の指針を受けた「グリーンアジア国際戦略総合特区」を推進するため、共同事務局を

県庁内に設置した。3自治体の職員が連携して具体的な事業計画の策定に向け、国との協議を進める。

国際戦略総合特区は、政

府が産業の国際競争力強化のため7地域を指定。グリーンアジア特区は、環境産業を集積し、企業のアジア進出支援や東アジア物流輸送網の構築などを行う。

事務局は、県職員4人、北九州、福岡両市の職員各2人。今後、具体的な事業ごとに財政支援策や規制緩和策などを盛り込んだ総合特区計画をまとめ、3月から実施する。

27日は、小川知事、北橋健治・北九州市長、高島宗一郎・福岡市長が、県庁の商工政策課前に事務局の看板を掲げた。事務局長を務める北橋市長は「特区の制度を利用して成果を上げるため、政府との話し合いを全力で進める」と語った。

海上保安庁人事(28日)中城海上保安部長(第7管区海上保安本部交通部長)池田善彦(第7管区海上保安本部交通部長(室蘭海上保安部吉小牧海上保安署長)米川弘晃

叙位叙勲27日正四位瑞室中継章 泊野慶徳氏(九州大学名誉教授)宗像市日里12月29日死去▽正六位旭日光章緒方直人氏(元春日市議会議員)春日市須玖南12月30日死去

# 前向きな婚活 指南本出版



婚活の指南本「ポジ婚」を出版した井之上さん

福岡市で結婚相談所を営む井之上幸子さん(50)が、パートナーなどで結婚相手を探る婚活の現状やアドバイスを書いた著書「ポジ婚! たった二人の出会いのために」を出版した。婚活ブームになって久しいが、未婚率は上昇しており、婚活で挫折する人が多い現実もあるという。

井之上さんは、大手の結婚相談所から6年前に独立。大手に

## 福岡で相談所 井之上さん

いた頃と合わせた12年間で約200組のカップルを誕生させた。しかし、中にはお見合いで何度も断られたり断ったりするうち、疲れて婚活を諦める人も。前向きな気持ちにならずに婚活を続けてはもったいない」と執筆を決めた。

本では、「恋愛に疲れた」「自力では結婚できない」という理由で婚活を始める人が多いが「出会いのスタートラインが違うだけで、結婚にいたる過程は普通の恋愛と変わらない」と説明。服装や会話の仕方など男女とも魅力を高める努力が必要と

2010年の国勢調査によると、県内の20〜30歳の未婚率は男性57・5%、女性50・8%。井之上さんは「婚活ブームだが、うまくいかないという人も多い。参考になれば」と話す。

四六判、190頁、1500円。問い合わせは梓書院(092・643・7075)へ。

# ゆっくり時速3〜5キロで

## 走る



人はゆっくり歩いて時速3時。すたすたと急ぐと時速5時。そのぐらいの速さ、つまり時速3〜5キロで走りましょう。走り健康づくりとの関係を研究する福岡大学身体活動研究所長・岡中宏暁教授(64)はこう勧

める。走り慣れていない人がこのスピードより速く走ると、過剰な負担がかかり、ひざなどが故障する原因につながる。「きついからイヤだ」と、走り断念することにもなりかねない。しかし、歩くような速さで走って、本当に意味があるのか? 「大丈夫。走りに必要なスリムな体形をつくることができます」と岡中教授は大鼓判を押す。



笑顔が保てるゆっくりしたペースで走ることが大事

田中教授によると、1時歩いた場合に消費するエネルギーは体重1キログラムにつき0・5キロ・ワット。しかし、ゆっくりでもとにかく走りさえすれば、等距離でのエネルギー消費は体重1キログラムにつき1時・ワットとなり、歩く時に比べて2倍になるという。走ることで体が一瞬、宙に浮き、重心の上下移動による運動効果が大きいからだ。

しかも、エネルギーの消費量は速度と関係がない。つまり、速く走っても遅く走っても一やせる効果は同等(田中教授)になる。

走ることで体力もつく。「きつさを感じずに、自然と速く走れるようになっていきます」と田中教授は語る。

# 沿道の味 支えにゴール



地元の人たちが次々に焼くソラマメを味わい、元気をもらうランナー(指宿市提供)

「楽しかったわよ。来年はぜひ出場して」。ランニング教室で知り合った天知洋子さん(46)(福岡市城南区)は興奮冷めやらぬ様子で、今月8日に鹿児島県指宿市で行われた「いぶすき菜の花マラソン」で完走した思い出を語った。

ジョギング歴1年10か月

で、フルマラソンは初挑戦だったはず。午前9時に出発し、夕方までゴールすればいいとはいえず、苦しかったのではないかと、楽しかった? 「ええ、沿道で提供された食べ物、本当においしかった」

主催者によると、7・5キロ地点から2・5キロごとに置いていた「エイドステーション」で、蒸かしイモや漬物、ぜん

さいなどを提供。だが「もてなし日本一」の呼び声高いこの大会。それだけでは終わらない。地元の人々が、沿道に「私設ステーション」を出し、思い思いの食材を振る舞ってくれるという。天知さんの印象に残った食べ物は、生産量日本一を誇るソラマメのスープに焼きそば、焼き魚。魚が焼き上がるまで待つランナーも多かったそう。両手いっぱい、のあめを差し出し、声援を送った子供たちもいた。42・195キロ。初心者にとっては気が遠くなるような距離だ。「地方の大会だったからこそ完走できたのかも」と天知さん。地元の人に舌鼓を打ちつつ、何より地域の人々の温かさ支えられてのゴールだった。

ちなみに、飲食の楽しみを目標にジョギングを楽しむ方法がある。

行ってみたい店をゴールに設定。店から自分が走りたい距離までを逆算しスタート地点を決める。出発地まではバスや電車などで移動し、店まで走る。走り終えたら美味に酔う。当方も先日、「のどごしの良い一杯の店を目指して走った。」(木野千尋)

# 大会情報

●慶州さくらマラソン&ウオーク2012 4月7日、韓国・慶州市の桜の名所、普門湖一帯。マラソンはフル、ハーフ、10キロ、5キロ。ウオークは10キロ、5キロの各午前、午後の部。マラソンの制限時間はフルが5時間、ハーフが2時間半、10キロが2時間、5キロが1時間。フルマラソンのみ18歳以上。参加料はマラソンのフル5000円、ハーフ4500円、10キロ4000円、5キロ2500円、ウオークはすべて2500円。各旅行会社のツアーからもエントリーできる。3月7日締め切り。問い合わせは読売新聞西部本社事業部内の大会事務局(092・715・6093)へ。

●第27回やまびこリバーラインマラソン大会 3月4日、大分県中津市のコアやまに周辺。メイプル耶馬サイクリングロードを走る。小学生(2キロ)、中学生(3キロ)、高校生以上の一般(3、5、10キロ)。参加料は小中学生1000円、高校生以上2000円。申し込み締め切りは2月6日。問い合わせは事務局(0979・62・3111)へ。

●第40回回天草パールラインマラソン大会 3月11日、熊本県上天草市の上天草物産館さんばーるの広場周辺。ビギナー(4・2キロ)、10キロ、ハーフの男女で、男性は30歳以上、女性は18歳以上が申し込み。参加料は3500円。ファミリーの部(4・2キロ)もあり、参加料は4200~6300円。申し込み締め切りは1月31日。問い合わせは事務局(0964・56・4701)へ。

チョコレート カーニバル クリスピー・クリーム・ドーナツ・ジャパン(東京)は2月1日~3月14日まで「チョコレート」(同)を全店で売り出す。2月4、5日はドーナツの購入者全員に温かい「チョコ&チョコ」を1個プレゼント。問い合わせはお客サービス室(0570・00・1072=平日のみ)へ。

道筋探しの相談会 2月4、5日午前10時~正午。福津市内の創造探検塾会議室。ひきこもり青少年の支援を行うNPO主催。何を始めたらいかが考える。対象は発達障害やひきこもり青少年の保護者のみ。各日5家族。無料。事前に申し込みが必要で、久野さん(090・8356・6538)へ。

