

# Connect

▶▶▶▶▶コネクト▶▶▶▶▶  
「つなぐ」をテーマに、三島で活躍するプロフェッショナルをリレー形式で紹介していきます

No.008

清田 慎司さん 一働四ツ葉・テック 代表取締役



すべて手作り工房！



—Profile— 金属加工会社から独立し、2007年に「働四ツ葉・テック」開業。高い技術で機械部品を製造する傍ら、経営者仲間が運営する大社の杜みしま内「鮎背屋」で金属雑貨を販売している。

## 『困った』をかき集める工場

勤めていた時は大きい注文を受ける裏で、みんなが一番困っているところまで手が回らなかったんですね。例えば「明日使う機械の部品が壊れちゃった」と言われても大きい会社じゃ対応できない。でも自分の工場があればどうにかしてあげられる。そうしてみんなの『困った』をかき集めていけば食べていけそうだと思います。その頃は子どものおもちゃを直す、なんてこともありました。

独立して10年、職人としてやってきたので、次は教える10年もいいかと考えています。今は大人も子どもも楽しくものづくりするような教室を考えています。特に子どもがものづくりに興味を持つきっかけになるといいなと思います。

清田慎司さんからの紹介▶▶▶▶▶ネクスト▶▶▶▶▶

有賀由香子さん(パティスリー クールクレール)

同級生で創業者という縁あって紹介します！

Mishima 広報みしま 10.1

## COVER PHOTO

表紙

楽寿園の人気者、カピバラのメイちゃん(左)と風くん(右)です。

10月8日(日)には、飼育員の解説と餌やり体験会があります。ぜひ、2匹がモグモグ食べる様子を見に来てください。(詳細記事は12ページ)



## CONTENTS

目次

- 2 Connect
- 3 特集 健康でいること=社会貢献
- 12 お知らせアラカルト
- 19 みしま情報便 (information) 伊豆縦貫道の夜間通行止め / 三島駅北口ロータリーが便利に
- 20 子育て支援フェアin日清プラザ
- 22 いきいき健康
- 23 ほけんカレンダー
- 24 スポーツ情報 図書館からのお知らせ
- 25 平成30年度保育園の入園児募集
- 26 フォトマイタウン
- 28 文化カレンダー
- 29 市民活動団体応援コーナー
- 30 連載4 ちびっこ探偵ゴミバスターズ
- 31 連載 歴史の小箱 / わたしのおばあちゃん
- 32 みどりまつり開催のお知らせ



Smart wellness

健×幸

しっかり歩いて、楽しく  
元気に健康に



SMART WELLNESS MISHIMA  
スマートウェルネスみしま

健幸  
特集

# 健康でいること＝社会貢献

元気に過ごす。寝たきりで過ごす。どう過ごすかはあなた次第。



## 重い意味を持つ差

日本は、世界の中で最も平均寿命が長い長寿国です。

では、「健康寿命」という言葉を知っていますか。健康寿命は、「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」を指し、上であげた数字は、男女別の平均寿命と健康寿命の差を表しています。

平均寿命との差は日常生活に制限がある「不健康な期間」を意味するため、男性は約9年間、女性は約12年間、亡くなるまでに、不健康な期間を過ごしていることとなります。

## 不健康な期間

この期間は、思うように身体が動かなかつたり、今までできていたことができなくなったり、自分自身が辛い思いをすることもあります。

それだけでなく、介護などの形で援助してくれる家族にとっても辛い期間になります。

この平均寿命と健康寿命の差を短縮すること、つまりは健康寿命を延ばすことが、いつまでも元気に楽しく生きるために必要になります。