

## CES 活動ニュース

### 1. 「第 8 回理事・役員会」を開催しました

平成 25 年度の CES 事業活動も間もなく終了しますが、去る 3 月 20 日（木）に、第 8 回理事・役員会を開催いたしました。

理事・役員会では、平成 25 年度の活動状況及び収支状況等の報告を行い、併せて 26 年度の事業計画（案）及び収支予算（案）について、審議検討をしていただきました。

平成 25 年度の事業報告では、中でもクラス I の各種イベント活動における参加者の減少が目立ち、「創意工夫ある企画、立案」の必要性や、「環境リーダー会」の在り方の見直しなどが課題として挙げられました。あわせて、「イベントの参加者を会員へとつなげていく取り組みをもっと積極的にすべきだ」という指摘がありました。

平成 26 年度に向けては、組織力を強化させることで、事業への積極的な取り組みを目指します。クラス II では、区内小規模事業者（商店等）を対象とした環境配慮活動に対する取り組みの促進、クラス III では、参加事業者の新規獲得等を目標に掲げました。これらの取り組みにあたり、組織機能の効率的運営や、事務局業務対応の迅速化などを図ることとして、理事・役員会で了承されました。

なお、その他指摘された意見等を整理、調整し、平成 26 年度事業計画及び予算案に反映してまいります。



クラス I のイベント  
上) 環境講座 下) エコレシピコンテスト

### 2. 「さくら咲くプロジェクト～春編」「ウオーキング・プラス・桜の物語り」を開催

本年度最後のクラス I イベント、「さくら咲くプロジェクト～春編」及び「ウオーキング・プラス・桜の物語り」の合同企画を 3 月 29 日（土）に開催しましたが、その内容については、次回 4 月号に報告させていただきます。

振り返ってみますと、この新しい試みは「さくら咲くプロジェクト～夏編・ときめき・出会いの千代田エコツアー」から始まりましたが、この第一弾の夏編にご参加頂いた方の中で、冬編・春編にも続いてお申し込み頂いたリピーターの方々もいらっしゃいました。

あいにく冬編は雪で中止となりましたが、婚活をきっかけとして、若い方々にも環境に興味を持っていただくことができたのではと感じています。

その「婚活」については、こちらも精一杯出会いの機会を演出したのですが、やや期待外れの感があったのか、御縁に結ばれたという声はまだ聞こえてきません……。その後の発展があることを願っています。



## かんきょう

脳神経細胞への刺激で・・・！“認知症予防”

ある雑誌記事で、興味をひいたので引用します。

旅行に出ると、刺激や感動を受ける機会が増えます、たとえば「美しい景色や風景をながめる」、「行った先の名物を味わったり、珍しい特産品を見つけたりする」、そうした旅行の醍醐味は、脳神経細胞を刺激し認知症予防に大変効果的とのことです。

また、自然に親しんだり、温泉に浸かったり、ホテルで受ける快適サービスなど、疲れた脳を癒せるなどの効果も大きいようです。そうしたりフレッシュは、認知症の予防につながると医学の専門家は述べています。



また、同じ旅行でも誰かに連れて行ってもらうよりも、自分で計画段階から積極的に参加したり、自ら計画を立てたりするほうが、はるかに脳の神経細胞を鍛えられるとも云っています。

自らの行動にちょっとした変化や環境を変えることで脳神経に刺激を与える・・・

ところで、先の2020年オリンピック招致合戦のプレゼンでは、「おもてなしの心」が日本人の「美德」として世界中に好感されましたが、「おもてなしの心」も脳神経細胞への刺激になるようです。

さて、認知症予防はさておき、今年は、予想以上に寒い日が続き、雪もたくさん降りましたが、ようやく千鳥ヶ淵の桜の開花、例年より若干遅れているように思いますが、それでも間もなく満開を迎えることでしょう、楽しみです。

毎年同じ景色ですが、今年の桜の美しさは、今年でしか見ることができません。目に焼き付けておきたいものです。

s k

