

# 認定者には広島広域都市圏ポイント<sup>広域</sup>を発行 楽しく続けよう ウォーキング

健康づくり計画「元気じゃけんひろしま21(第2次)」では、体力や健康状態に合った無理のない運動として、ウォーキングを勧めています。  
☎健康推進課(☎504-2290、☎504-2258)

**新** 新型コロナウイルス感染症の影響による外出控えから、運動不足を感じている人も多いのではないのでしょうか。密を避け、1人でも気軽に取り組めるウォーキングを始めませんか。

市ではウォーキングを楽しく続けるために、「健康ウォーキング認定制度」を設けています。認定者には認定証と、10月1日からは新たに

広島広域都市圏ポイントを発行しています。

詳しくは市ホームページ。

市HP ■ページ番号でさがす

2866



元気じゃけんひろしま21  
マスコットキャラクター「そらま」

なるべく距離を空けて、すいた時間、場所を選んで歩きましょう

## 健康ウォーキング認定制度

**【対象者】**市内に在住か通勤・通学している人

**【申請方法】**

**手順1** 「歩いた日付」と「歩数」か「歩行距離(歩幅×歩数)」を記録(記録用紙は区地域支えあい課で配布。市ホームページからも入手可)

**手順2** 累計した「歩行距離」が下記の認定条件を満たしたら、記録表を区地域支えあい課へ



区分	認定条件	記念品
健康ウォーキング チャレンジャー	ウォーキングを3カ月間継続した人	認定証
健康ウォーキング マスター	歩行距離の累計が広島～東京間(894.2km)に達した人	認定証 50ポイント
健康ウォーキング グランドマスター	歩行距離の累計が広島～北海道北広島市間(2090.7km)に達した人	認定証 250ポイント

## 広島広域都市圏 はっしー漫遊記 88

市は、「200万人広島都市圏構想」の実現に向け、近隣23市町と連携・交流を進めています。

ひろしま都市犬  
はっしー



広島広域都市圏サイト

検索

### わがまちの押しグルメ(田布施町・いちじくわいん)



私の押しグルメは、田布施町で7月～8月に収穫された特産品のいちじくを使った「田布施いちじくわいん」です。町内産のいちじくを100%使用し、いちじく特有の味と香りが楽しめる一品です。その他にもいちじくを使用したジャムや外郎などの加工品も取りそろえています。

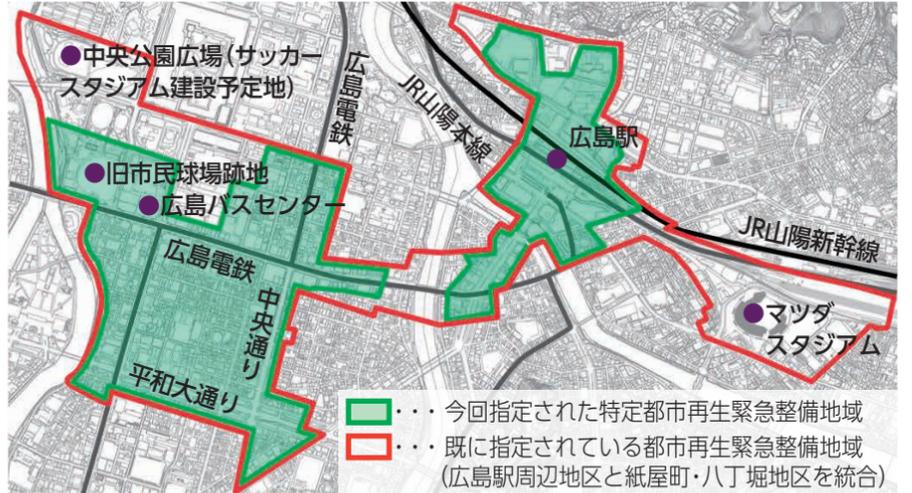
ぜひ一度食べてみてください!



協同組合  
田布施地域交流館  
丸山真理子さん

# 広島駅周辺と紙屋町・八丁堀を東西の核に 国際競争力を高める都市づくり

広島駅周辺地区と紙屋町・八丁堀地区を統合した「広島都心地域」の一部が、このたび「特定都市再生緊急整備地域」に指定されました。  
☎都市機能調整部都心空間づくり担当(☎504-2766、☎504-2309)  
※相談支援窓口も同番号



本市では、平成15年に広島駅周辺地区が、平成30年に紙屋町・八丁堀地区が「都市再生緊急整備地域」に指定されています。

都市再生緊急整備地域とは、都市の再生の拠点として、都市開発事業などを通じて、緊急・重点的に市街地の整備を推進する必要がある地域として政令で指定された地域のことです。指定を受けた地域では、土地利用制限の規制緩和や税制上の特例措置などが行われ、民間活力を中心とした都市の再生が促進されることが期待されます。

市では、広島駅周辺地区と紙屋町・八丁堀地区を都心の東西の核と位置付けています。都市機能の集積・強化を図ることにより、それぞれが活力とにぎわいのエンジンをもち、相互に刺激し高めあう「楕円形の都心づくり」を推進しています。

力の強化を図る上で特に有効な地域として、政令で指定される地域をいいます。

指定を受けた地域では、一定の要件を満たした都市開発事業などについて、従来の都市再生緊急整備地域における支援に比べ、より充実した税制支援などが受けられます。

### 都心活性化の推進

こうした中、すでに「都市再生緊急整備地域」(上図参照)の指定を受けた地域を統合し「広島都心地域」とした上で、その一部を「特定都市再生緊急整備地域」に指定する政令が9月16日に公布・施行されました。

### 都市開発事業への支援

「特定都市再生緊急整備地域」は、都市再生緊急整備地域のうち、市街地の整備の推進が都市の国際競争

### 相談窓口の活用を

市は、引き続き、官民で連携して、都心における土地の高度利用などに取り組み、国際平和文化都市としての都市づくりを推進していきます。指定された地域の都市開発事業に関する相談支援窓口(上記参照)を開設していますので、ご活用ください。



市HP ■ページ番号でさがす

186885

## ひろしま そだち kitchen

### 水菜のチヂミ

vol.04

#### 水菜

ビタミンCやカリウム、カルシウム、鉄などさまざまな栄養素をバランスよく含んだ緑黄色野菜



(レシピ提供:広島市食農コーディネーター)

材料2人分

- 水菜 80g
- カニかまぼこ 16g(1本)
- ごま油 大さじ1

〈生地〉

- 薄力粉 100g
- 片栗粉 大さじ1と1/3
- 卵 1個
- 水 130ml
- 塩コショウ 少々

- 1 水菜は5等分に切り、カニかまぼこはほぐしておく
- 2 生地の材料をボウルに入れ、よく混ぜておく
- 3 2のボウルに水菜とカニかまぼこを入れ、よく混ぜる
- 4 フライパンにごま油を入れて熱し、生地を流し両面をこんがり焼く
- 5 ポン酢などお好みでどうぞ

市HP ■ページ番号でさがす

4890



“ひろしまそだち”  
の野菜を食べよう



## コロナ 対策

# 新型コロナウイルス接触確認アプリCOCOAの インストールをお願いします

自分のため、また、他者へ感染を広げないため、  
アプリの活用をお願いします。

### 【COCOAとは】

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、厚生労働省が運用しているスマートフォン用アプリです。

### 【アプリの特徴】

- プライバシーを確保しつつ、陽性者と接触した可能性について通知を受けることができます
- 「接触」の通知を受けると、保健センターに相談することで、PCR検査を受けることができます
- 利用が増えることで、感染拡大防止の効果がより高くなることを期待されます

☎健康推進課

(☎504-2622、  
☎504-2258)

インストール方法など詳しくはこちらから

市HP ■ページ番号でさがす

171566

