

「 「 「 「

「 「 ☆特集記事

.....

◆◆◆「インフラ経営」のリーディングカンパニーを目指して◆◆◆

(本州四国連絡高速道路株式会社 地域連携事業推進本部)

本四高速は民営化以来、長大橋梁を活用したインフラツアーやサービスエリア・パーキングエリアを拠点とした地域連携などに取り組んでいるが、「インフラ経営」のリーディングカンパニーを目指して発展、加速しつつある、これらの取組を本稿では紹介する。

「 「 「 「

「 「 ☆道路法令Q&A

.....

◆◆◆特殊車両通行確認制度について◆◆◆

(国土交通省 道路局 路政課)

特殊車両通行確認制度について解説する。

「 「 「 「

「 「 ☆TOPICS ○○○。.. ○○○。

.....

◆◆◆定禅寺通活性化の推進について◆◆◆

(仙台市まちづくり政策局政策企画部定禅寺通活性化室)

防災・「杜の都仙台」のシンボルロードである定禅寺通エリアにおける公民連携によるエリア活性化の取組みについて、地元関係者等による空間利活用の実践やまちづくり基本構想の策定、公民共催による車線規制を伴う大規模社会実験の結果（交通実態調査、空間利活用の効果測定調査）、道路空間再構成に関する検討状況等についてご報告する。

「 「 「 「

「 「 ☆地域における道路行政に関する取組み事例

.....

★土佐国道事務所管内における渋滞・混雑緩和に向けた取組★○・*:.。

(四国地方整備局 土佐国道事務所 計画課)

土佐国道事務所の実施するバイパス整備等の道路整備の他に交差点改良などの渋滞・混雑緩和のためのピンポイント渋滞対策、最近ではドライバーに働きかけることにより利用時間帯の変更などの行動変容を促す交通需要マネジメント（TDM）などの取組について紹介する。

.....

★「佐賀県の内水対策（プロジェクト IF）」について★°・*∴。

～内水監視カメラ映像等の活用～

（佐賀県道路課）

数十年に一度と言われるような豪雨が毎年のように発生していることを踏まえ、各機関が連携した「人命等を守る」「内水を貯める」「内水を流す」ことを柱としたプロジェクト IF（Inland water Flooding = 内水氾濫）を令和3年9月に立ち上げました。本稿では、当該プロジェクトについてご紹介します。

.....

★道の駅鹿島整備事業★°・

～有明海との一体感をメインとし、賑わいを創出する拠点づくり～

（鹿島市 産業部 商工観光課）

道の駅鹿島は、佐賀県第一号の道の駅として登録されましたが、その成り立ちは一般的な道の駅と異なります。こうした経緯のもと、地域活性化の拠点として、さらなる賑わいを創出するため「道の駅鹿島整備計画」を策定しました。本稿では、それらの策定に至る背景や整備状況等についてご紹介します。

「 「 「 「 _____

「 「 ☆編集後記

.....

年齢を重ねるごとに、健康に関する話題が多くなってまいりました。とりわけ、血圧を気にしている人が多いです。

わたしたちの血液は、心臓のポンプ作用によって全身に送り出され、血液が流れることによって血管の内壁に圧力がかかり、その値が血圧となります。心臓の収縮によって溜まった血液が、勢いよく血管へ送り出されるときに血圧が最高血圧（収縮期血圧）で、基準値は135mmHg 未満。そして、全身から戻ってきた血液で心臓が拡張したときの血圧が最低血

圧（拡張期血圧）で、基準値は 85mmHg 未満。この値を上回ると、血圧が高いといわれるようになります。

血圧が高い人、いわゆる高血圧の人の 90%以上は原因が不明とされており、ストレス、過労、肥満、運動不足、血管の老化、塩分の摂り過ぎなど、生活習慣と深い関わりがあるといわれています。また、遺伝的な要因もあると考えられていますが、自覚症状がほとんどないため、放置しておく、心筋梗塞、脳梗塞、脳出血などを引き起こし、生命に関わる危険があります。そのため、日頃から自身の血圧を把握しておくことが大切です。

血圧は、緊張やストレスを感じると、本来の数値よりも高くなってしまいう傾向にあるため、病院の診察室での計測は高めに出てしまうことがよくあるそうです。そこで、最近では、リラックスして測ることができる家庭での測定が推奨されています。その影響もあるのでしょうか、周囲では、血圧計を持っている人が意外に多いことに気づきました。わが家にもと思い、電気店に見に行ってみましたが、種類が豊富過ぎて選ぶことができませんでした。少し前までは、内部メモリに数値を記憶できるものが主流だったかと記憶していますが、スマートフォンと連動してデータ管理ができる機種があり、時代の移り変わりを感じました。血管を圧迫する“カフ”といわれるものを腕に巻き付けるタイプの上腕式か、手首に巻き付けるタイプにするのかでも悩んでいます。

原因不明ともいわれている高血圧は、どのように下げたらよいのでしょうか。減塩などの食生活の改善や運動不足の解消を心がけるとともに、ストレスを溜めないことが必要といわれています。長引くコロナ禍で、ストレスが溜まっている方が多くいると思いますが、ストレスを抱えることは、血圧の上昇につながりますので、ご注意ください。この後の 5 月の連休中、味噌づくりをするので、大豆を潰してストレス発散したいと思います。(U)