



浅水ふれあいセンターだより



平成22年度 5号
 発行:平成22年6月16日
 発行責任者:センター長
 ☎ 0220-34-2008

親子さつまいも植え実施

5月29日 農村公園の花壇2スパンに、さつまいも200本を植えました。参加者は、子供15名と父兄6名、それに各行政区区長9名の30名で行いました。植えた苗が枯れない様に区長さん方が個別指導を行い丁寧に植え付けました。

終了後は、グランドゴルフをする予定でしたが、小雨のため、多目的ホールで、ドッチービーを行い、おやつをいただき解散を致しました。秋に収穫されたさつまいもは、各行政区のミニディ等に活用して頂きます。



浅水ふれあい運動会 盛会に開催

6月6日(日) 第5回 浅水ふれあい運動会を開催致しました。前日は激しい雨で3年連続アリーナの室内競技か?と思われましたが、浅水小学校の校庭を改修したことで“雨でもヌカミ”が少ないこと、天気予報では6日は100%晴天、準備が雨の為翌日6時30分からしか出来ないこと等で、区長さん方が頑張り、当日朝5時30分に小学校へ集合し、外で開催の判断を行いました。

その後、大会役員・スタッフの皆様が6時30分に集合し準備をして頂いたことで、晴天の下で楽しく開催できました。又、外で開催したことで、各行政区からは大勢の人が応援に来て頂き、大きな声援を頂きました。

来賓の登米市議会議長さんは、浅水の運動会を見て、スタッフが着ているオレンジ色のTシャツや競技種目に興味を持ち迫町の運動会の参考にするとのことでした。競技では、体育部の役員で検討した新種目や年齢制限無しの競技等は面白く楽しく競技をすることが出来ましたし、ゲゲゲの鬼太郎の目玉おやじがインタビューに来てくれたりと和気藹々のうちに無事終了出来ました。皆さん、本当にありがとう御座いました。



ふれあい運動会 成績発表

順位	チーム	点数
優勝	小島	68
準優勝	新田	67
第三位	長谷	66
第四位	巻	61

順位	チーム	点数
第五位	浅部	60
第六位	舟場	57
第六位	沼畑	57
第八位	川面	55
第九位	新小路	51

六十寿会 移動視察研修を開催

6月10日(木) 六十寿会の移動視察研修会を48名が参加して行いました。初めに、名勝日本百景の一つに数えられている猊鼻渓にて舟下りをして参りました。その後、昼食を兼ねて懇親を図った後は、奥州市江刺にある羊羹工場で、担当の方から説明をいただいた後、地元産の小豆を材料に製造している工程の見学をしてきました。

特に見学した岩谷堂羊羹は工場で作られたの温かい羊羹を頂きましたが、作りたてなので、明日以降に食べる様にと説明があり、翌日作りたてを美味しく頂きました。



楽しくコミュニケーションが取れた視察研修でした。

男の料理教室 を開催

6月12日(土) 本年度第2回を会員11名が参加して開催しました。開会の挨拶で上野先生から、みんなで取り組もう『みやぎ21健康プラン』についてお話を頂きました。その中で「⑨がん予防対策」については野菜を取る量が大切で1人一日350g以上(両手に持つくらい)が必要とのことでした。最近多く「がん」になった人の話を聞くので皆さん、検討してみませんか？

今日のメニュー

「みやぎ21健康プラン」の重点項目

- ① 適正体重の維持
- ② バランスのとれた食生活・食習慣の実現
- ③ 生活での運動量の増加
- ④ ストレスの解消・休養の確保
- ⑤ たばこ対策
- ⑥ アルコール対策
- ⑦ 8020運動(歯の健康)の推進
- ⑧ 脳卒中の減少
- ⑨ **がん予防対策**



主 食・主菜	… マーボーなすとピーマンの皿ごはん
副 菜	… ふきのナムル
副 菜	… 中華風かきたま汁
デザート	… あずき牛乳かんてん

次回は7月7日 魚の下し方を行います。参加してみませんか？

これからの主な事業・行事

6月

- 13日(日) 奉仕作業(舟場区)
- 20日(日) ふるさとスポーツ祭浅水地区大会
- 24日(木) 交通安全母の会・女性部合同移動研修会
- 24日(木) 子育て教室
- 27日(土) 浅水コミュニティ移動研修会
- 30日(水) 総務部移動研修会

7月

- 1日(木) 六十寿会ゲートボール大会
- 2日(金) ふるさとスポーツ大会(ユニカール)
- 7日(水) 男の料理教室
- 11日(日) ソフトボール・バレーボール町大会
- 11日(日) 奉仕作業(新小路区)
- 15日(木) 女性講座
- 25日(日) ふるさとスポーツ町大会
- 28日(水) 自然体験交流事業(夏)