



浅水ふれあい運動会 今年も5月31日 日曜日です。

毎年 浅水ふれあい運動会は6月第一日曜日としておりましたが、今年も中学校の『中体連』が早まったことで、5月末の日曜日に変更になりました。既に予定を入れていた方もいらっしゃると思いますが、浅水コミュニティ3大事業を皆さんで参加して、楽しい事業にいたしましょう。

万が一雨天の場合は浅水小学校の体育館となりますが、皆さんで楽しめる様検討しております。

リフレッシュ教室を開催

4月15日 受講者12名で講師の狩野恵先生により今年度の第1回目の“リフレッシュ教室”を開催しました。新年度の会員募集を致しましたが21名(新人5名)の応募がありました。今回は1ヶ月ぶりの教室となりましたので、前半のヨガの動きで行うストレッチに時間をかけました。休憩をはさみ、後半は、テンポの良い曲に合わせて筋力アップを行いました。



地域づくり第3部会を開催

4月17日 地域づくり第3部会は9名が参加して平成27年度第1回の会議を開催いたしました。区長さん方の改選もあり、新規に2名が加わり、8名の委員で本年度活動することになりました。部会長には千葉治さん、副部会長に及川八重子さんに決まりました。活動計画を検討結果 ◎健康長寿講座の認知症予防講座については、行政区長さんから呼びかけてもらって募集し9月以降に1度開催し、その後は、再度検討する。◎脳疾患予防健康長寿講座は・平日の開催日 11/18(水)、12/10(木)と日曜日の開催日 9/6(日)、2/7(日)を行うこととして、登米市健康づくりとの連携や、佐藤マネージャーから介護施設の職員の方を紹介してもらうこと、◎ミニデイ支援講座・講習会・健康長寿講座、脳疾患予防健康長寿講座の開催に合わせて行う。昨年行った若者へのアンケート結果を活かした調理体験講座又は、食べ比べをして実際の塩分等の量を体験する講座を開催する。*詳しい内容は、次回の委員会で決める。・その他 次回開催日は、6月23日(火)19:00となりました。

尚 登米市民活動プラザ 佐藤マネージャーにも参加頂きアドバイスを頂きました。

子どもクッキング教室を開催

4月18日 受講者16名で講師は職員の小野寺により開催いたしました。メニューはシフォンケーキとパフェで、自宅にある、粉・卵・紙コップを使用して、シフォンケーキを作りました。もう一品は、パフェでしたが、盛付けが大変上手に出来ました。子供達は、自宅ですぐ作って見たいと感想を述べてました。

地域づくり第2部会を開催

4月21日 出席者11名が参加して開催されました。平成27年度は各行政区1名の9名の委員で活動することになり、役員を選任では、部会長 渡辺寿昭さん(留任)・副部会長 佐藤武彦さん(留任)に決定いたしました。平成27年度 活動計画の検討では 1.◎空き家の適正管理は①住む人の募集活動、②空き家を減らす活動、③前回空き家の推移を把握することを行い、昨年と同じ調査を1回行うが内容は次回まで検討し、空き家は現状で貸し出す・売却することも含めて1軒でも実績に繋げていく。実施時期は、8月までに行う事とする。尚、登米市の『空き家条例』も活用していく。 2.◎①1～2人世帯への意識調査(行政区単位)については、昨年からの変化把握と放置された空き家にしないことを目的に今年も9月頃に行うこととした。 課題は相続問題なので意識して頂く内容としたい。 ②相談窓口の開設は調査時期と合わせて行うこととする。 3.◎婚活対応は平成27年は検討を行い、平成28年度以降に実施する予定とする。 * “婚活”ではなく、イベントとして集客(きっかけをつくる)し、婚活につなげる事や1回の単発ではなく、継続した事業にする等委員皆で考えていくこととしました。 次回開催日は、6月9日(火)19:30となりました。 尚 今回も、登米市民活動プラザ 佐藤マネージャーに参加頂きアドバイスを頂きました。目的は地域が

荒廃せず、住みやすい環境を目指した活動です。 空き家はリフォームなしで早く・貸すか・売却をお勧めします。

地域づくり第1部会を開催

4月23日 出席者10名が参加して開催されました。
平成27年度は新人も加わり7名の委員で活動することになり、

役員の選任では、副部長 伊藤政則さん・副部長 小野寺圭一さんに決定いたしました。この部会は事業毎に担当制を取り入れて、それぞれ目的達成に向けて活動の方向を決定しました。①.浅水のど自慢大会 開催予定日:平成28年1月31日(日)9:30から(午前中に終了)として、タイトルを参加しやすいものに変える、地区内全戸に募集をかける(各行政区3名程度)こと。②そば工房 羽生結弦の里は老健、ミニデイ等の依頼により出前してそば打ちを行い、打ち立て・ゆでたてを楽しんで頂く、250円/1人として、材料費のみで提供を致します。のぼり旗をつくる(10本ぐらい)PR用として。③グランドゴルフ大会は浅水六十寿会を主に進めることとする。④ノルディックウォーク普及について講習会を浅水ふれあいセンター周辺を会場に、2回行う事として様子を見る。1回目は7/8(水)9:30と2回目は8/9(日)9:30の予定で午前中で終わるようにする、2回目以降は、状況を見て判断する、地区内全戸に募集をかける(各行政区3名程度)。⑤老人会への支援は集落支援員が主に、市役所への申請・報告等を支援することで全行政区組織化を目指す。⑥農村公園の芝生管理等環境整備は公園周辺に、芝桜の植栽を予定とした。

カラオケ機が小島区で活躍!

4月22日 小島区ミニデイは『お花見会』として行われ、上沼堀米ボランティアの皆さんと小島区長さんとボランティアさんで行われました。

この中で、ふれあいセンターで購入したカラオケも、上手く聞こえると参加の皆さんに好評とのことでした。又 新聞紙で作った棒を使い『棒体操』を行いました、区長の二輪草のカラオケに合わせて体操を行い、大変な盛り上がりとなりましたとの事でした。

楽しく行う事で又参加したいと思うとの事です。
他の行政区ミニデイでも好評な事業がありましたら紹介下さい。



4月16日 登米市中田地区
防犯協会浅水支部の総会は委員

中田地区防犯協会浅水支部総会を開催

9名と事務局3名の12名で開催されました。平成26年度 事業報告と平成27年度の事業計画について、原案どおり承認されました。4月8日「車上荒らしに注意!」をふれセンだより号外として地域全戸配布しましたが、その後被害が発生していないこと、警察署より地域が如何いったアクションをおこすか注意していたが、今回は評価されたとの事でした。須藤副支部長からも、地域の防犯は早い対応をして行きましようコメントがありました。

健康長寿ポイント⑧

糖尿病では動脈硬化が進みやすく、糖尿病がある人は、ない人に比べて、心筋梗塞を起こす危険が初発で5.8倍、再発で2.4倍も高いという、データが報告されているとの事です。がんとも関連し、肝臓、すい臓、大腸のがんも、糖尿病があるとリスクが1.5~2.0倍になるといわれています。 次回は自分で出来る対策をお知らせいたします。

これからの主な事業・行事

5月

- 1日(金) 六十寿会 小学校へ奉仕作業
- 13日(水) 男の料理教室
- 15日(金) 浅水グランドゴルフ大会
- 19日(火) そば打ち教室
- 20日(水) リフレッシュ教室
絵手紙教室
- 21日(木) ターゲットパードゴルフ大会

- 22日(金) 文化財保存会移動総会
ターゲットパードゴルフ大会
- 24日(日) 奉仕作業(川面)
- 26日(火) ゲートボール大会
- 31日(日) 浅水ふれあい運動会

