



女性部・交通安全母の会合同移動研修を開催

6月26日 (金) 女性部
 ・浅水交通安全母の会

会員23名と事務局1名により、合同で「国営みちのく杜の湖畔公園」を見学してきました。ここは日本で10番目にできた国営公園で、敷地面積は、約650haの広さがあります。現在は、多種多彩のアジサイが咲いていましたが、その他の花は、植替作業中で、季節に咲く花々を見ることが出来ず残念でしたが、東北6県の茅葺民家を移築した「ふるさと村」は、ほっとできる雰囲気でお茶と漬物でのおもてなしを受けゆっくり探索することができ、大変よかったです。引続き川崎町青根温泉内にある「青根洋館」は、作曲家の古賀政男がこの地で、回想を得て名曲「影を慕いて」の詞が出来たそうです。又施設内には、楽器・楽譜等の資料が展示してありました。昼食は、「流涎」にて、美味しい料理をいただきました。



ユニカール大会を開催

6月27日 第6回浅水地区ユニカール大会は全ての行政区の選手45名により行われ、委員・区長・応援で総勢74名による地区大会で中田町大会の予選を行いました。今回は中田町大会に出場した時にルールを知らないと恥ずかしいので、今回から審判は町大会レベルで行われました。皆さん楽しみながらの熱戦でした。成績は次の通りでした。

・優勝 新田区 ・準優勝 新小路区 ・第3位 巻区が町大会出場します。



コミュニティ移動研修(沼畑区)を開催

6月29日 コミュニティ移動研修(沼畑区)は参加者17名に事務局1名で盛岡市方面岩手町正覚院弓弭(ゆはず)の泉他への研修を行いました。東北最大の河川である北上川。その源泉と言われる、ゆはずの泉は杉の大木の根本からちょろちょろと流れ出ておりました。源泉を飲んだみなさんからは、「おらほの北上川と同じ味がする。」とか「やわらかくて甘い味」という感想がきかれました。次にラベンダーフェアの最中という『石神の丘美術館』を訪れ、石神山(326M)の散策路に設けられた野外彫刻や山野草、ラベンダーをみながら散策を楽しみました。お昼は、わんこそば組とそば定食組に分かれていただきました。わんこそばを一番食べた人は105杯でした。お昼の後は盛岡市内を散策し帰ってまいりました。岩手山のきれいな山並みも見ることができました。バスの中では、区長さんが作ってきた特製の旅行のしおりや、江戸判じ絵(ことばを絵で表した江戸時代のなぞなぞ)、数独(ペンシルパズル)などをしながら楽しく過ごしたので、移動時間も長くは感じなかったのではないのでしょうか。



奉仕作業(新小路区)を開催

6月28日 奉仕作業は新小路区 小野寺区長他60名と事務局4名の65名により、小雨の中開催致しました。新小路区の皆さんは開始予定時間より早く来て始めてしまい、終了後に挨拶となりましたが、野外ステージ前の草刈りと農村公園芝生の雑草抜き・農村公園周辺の草刈り・サイクルセンター周辺の草刈りを行って頂きました。芝生の雑草も無くなりグランドゴルフが楽しく出来る環境となりました。新小路区の皆様ありがとうございました。



老人会の組織化について

浅水地域づくり部会では、地区の老人会組織の無い4集落の組織化を行い、全ての集落が老人会を組織することで、活動を通じて健康長寿や高齢でも住みやすい地域を目指すことを『地域づくり』の課題として取組をしております。今回「浅部区」と「舟場区」は組織化を行い助成金の申請書作成を職員が支援し手続きが完了しました。残りの1集落は現在の組織(活動の無い高齢)がありますが新規に立ち上げ(若い層)組織化の取組を行いましたが、集落内の話し合いに時間が必要であり、今回は断念しました。浅水地区六十寿会会長が出た地域なので期待します。最後の1集落は区長へ立ち上げの支援を行いました。区長も含めて会長をやってくれる人が無く、今回は断念致しました。どこでも、老人会へ入りませんか、と言うとまだ早いといわれますが、60歳以上であれば入れますので、是非若い方にも加入して頂き地域の活性化を行う事で『浅水の地域づくり』へ繋げましょう。地域の皆様、是非検討して頂けませんか？

7月1日 講師は菅原美子先生により参加者7名で開催致しました。本日のメニューは・ごはん・かつおのさしみ・かつおの酢豚風・たこキムチ・お吸い物「ほや入り」・デザート(すいか)で行いました。かつおの入荷が不安定で入らないときは鯖と言われてましたが、当日に市場に入ったもの2本を三枚おろしから始めました。さしみを切ったときは、車のワイパーの動作でならべる、ほやのさばき方等も教わりました。今回たこキムチは「7月2日」は「半夏生(はんげしょう)」でたこを食べますが、いっぱい根をはるよにこのことからたこを食べる習慣がありとのことです。生魚と美味しいのは釣った日から①鯖・鱈は即日②鰹は1日後③白身魚は2日後が美味しいそうです。かつおの裁き方もだいぶ上手に出来るようになり、先生からほめて頂きました。



絵手紙教室を開催

7月1日 絵手紙教室は受講者6名で講師の秋山清人先生により、今年度の絵手紙教室第4回を開催しました。今回の教室の題材は、いまが旬の紫陽花や梅の他、矢車草(矢車菊)や虎の尾の花、どくだみ草やナス・カブ等、たくさんの作品が出来上がりました。



リフレッシュ教室を開催

7月1日 受講者12名(うち小学生2名)で講師 狩野恵先生により、今年度の第5回目の“リフレッシュ教室”を開催しました。今回も、前半は筋肉をほぐすように時間をかけてヨガの動きでストレッチを行い、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。特に、つまずき防止にも繋がる足の筋肉が固くなっていることを意識しながら行いました。先生は受講生の体の改善要望に合わせて動きを変えたりしてくれております。



浅小6年生 親子そば打ち体験を開催

7月2日 浅水小学校 6学年 PTAで親子そば打ち体験を行いました。参加は親子と先生で45名が参加して、8グループに分かれて、そば打ち教室の吉鷹公久先生と会員6名の総勢52名で開催しました。吉鷹先生からそば打ちの工程説明と指導により開始し、スタッフのサポートを頂いた結果、初めの体験としては、なかなか上手く出来ました。自分達で、協力しながら打ったそばは、とても美味しかったそうです。



健康長寿ポイント⑫

脳梗塞はどんな病気？ 日本人の死亡原因の第3位が脳の血管の病気なの

ですが、その多くが脳梗塞です。脳梗塞をいったん発病すると、たとえ命が助かったとしても、多くの場合、麻痺などの後遺症が残ってしまいます。脳梗塞は文字どおり、脳に梗塞が起きる病気です。

梗塞とは、ある部分で血液の流れが止まってしまい、必要な血液を得られない箇所の細胞が死んでしまうことです。

脳の細胞はほとんど再生しないので、脳梗塞で失われた機能は取り戻せません。

ですから命が助かって、後遺症が残ってしまうのです。

浅水ふれあい夏まつり 8月2日(日)開催します。 皆さん参加してね!

これからの主な事業・行事

7月

2日(木) 夏祭り実行委員会

4日(土) 親子ふれあい教室 文化部会

5日(日) コミュニティ移動研修 舟場

7日(火) 浅水六十寿会 移動研修

8日(水) ルディクウォーク講習会

9日(木) 大崎市岩出山公民館御一行様先進地視察受入

12日(日) コミュニティ移動研修 浅部

15日(水) 巻区ミニデーへそば打ち実演出前 リフレッシュ 絵手紙教室

16日(木) 女性講座

19日(日) コミュニティ移動研修 新小路 絵手紙教室 移動

21日(火) そば打ち教室

26日(日) コミュニティ移動研修 長谷 奉仕作業 新田

29日(水) リフレッシュ教室 絵手紙教室 子どもクッキング

30日(木) 福祉懇談会 秋田県横手市との自然体験交流事業

