



公用車を更新(福祉車両へ)

7月24日 浅水ふれあいセンターの公用車を更新



しました。登米市集落支援員委託費より5年リースでの購入しました。今回の車輛は福祉車両で車イスを使えるタイプです。浅水地域づくり『安心して暮せる元気なふるさとづくり!』で活用することを目的としております。地域の皆様が困った、ときに使える様に考慮をしております。

車椅子の送迎対応

条件 ①.病院への通院(登米市内)とする。
②.家族が付き添えること。
③.浅水地域の住人
運転 ふれあいセンター職員が自宅～病院の送迎対応
予約 前日に下記へ電話予約が必要です。
☎ 34-2008 浅水ふれあいセンター

福祉車両の貸し出し対応

条件 ①.病院への通院(登米市内)とする。
②.浅水地域の住人
③.車両保険には加入しておりますが、免責が発生した場合は、利用者に負担をして頂きます。
運転者 35歳以上70歳までの方とする。
予約 前日に下記へ電話予約が必要です。
☎ 34-2008 浅水ふれあいセンター

巻区ミニディへそば打ち実演会を開催

7月15日 そば工房「羽生結弦の里」の吉鷹先生・小野寺リーダー他3名は巻区羽生区長他25名の参加の、巻区ミニディへ地域づくり活動でそばの美味しさと、『そば工房 羽生結弦の里』を通して、『浅水地域づくり』活動をPRする目的で行いました。初めに第一部会の小野寺リーダーと吉鷹先生からの挨拶と参加者の紹介後に、巻区ミニディの参加者へ『そば工房 羽生結弦の里』のそば打ちの実演を行い、打ちたて・ゆでたての「そば」と巻区ボランティアの方々で作った「天ぷら」を食べて頂きました。超豪華な昼食で、皆さんからは、美味しいと食べて頂きました。食べ残した人もなく、皆さん良かったと好評でした。



ふるさとスポーツ中田町大会成績報告

巻区が登米市大会へ2種目出場決定!

ユニカールの部
第1位 巻(市大会へ)
第2位 蓬原(市大会へ)
第3位 浅水新田、神畑

ソフトボールの部
第1位 加賀野2区(市大会へ)
第2位 茶畑
第3位 浅水新田、町

ピニールバレーの部
第1位 南町(市大会へ)
第2位 長崎
第3位 長谷、八幡山

グラウンドゴルフの部
第1位 南加賀野区(市大会へ)
第2位 町区(市大会へ)
第3位 加賀野一区(市大会へ)
浅水は調子悪く7~9位でした

ターゲットバードゴルフの部
第1位 十文字区(市大会へ)
第2位 巻区
第3位 冠木区

リフレッシュ教室を開催



7月15日 受講者10名(うち小学生1名)とふれセン職員1名で講師の狩野恵先生により、今年度の第6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ヨガの動きを行い、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。気温が高いこともあり、前半のヨガの動きに時間をかけたストレッチが中心でした。

7月16日 受講者16名と事務局1名で講師の鈴木先生他(伊豆沼農産)により、平成27年度女性講座第2回目を開催しました。今回は、伊豆沼農産(迫町新田)にてブルーベリーの摘み取り体験とブルーベリームース作りを行いました。小雨の降る中でしたが、ムースの材料となるブルーベリーを予定通り自分で摘み取ることができました。その後は、4つの班に分かれ“ブルーベリームース”に挑戦しました。鈴木先生の指導の下、どの班も上手に仕上がりました。時期は外れましたがイチゴや自家製のブルーベリーでも作れそうで好評でした。

女性講座を開催



コミュニティ移動研修(新小路区)を開催



7月19日 コミュニティ移動研修(新小路区)は参加者21名で職員1名の22名で仙台市方面定義如来西方寺等への研修を行いました。当日は30℃を超える暑さでしたが、夏休みにはいったこともあり、高速のパーキングや定義さんにはたくさんの親子づれ他県ナンバーの車が見受けられました。定義さんのおみやげやでは店の方の巧みな話術により、みなさん、たくさんのおみやげやお気に入りの小物を見つけ購入されてました。岩松旅館での懇親会ではカラオケに合わせ、踊りやダンスも飛び出し、また、脳の活性化のための勝ち抜き戦ゲームも行われ、(優勝者には賞品つき)笑い声が絶えない懇親会となりました。

移動絵手紙教室を開催



7月19日 受講生14名と事務局1名で『絵手紙“曾根恵子作品展”他で秋田県横手市方面への移動教室を開催しました。今回の移動研修は、登米市出身(埼玉県羽生市在住)の曾根恵子先生の『絵手紙作品展』の鑑賞をして参りました。会場には、何十年もの間に完成させた多数の作品が展示してあり、先生は登米市出身・旦那様が栗原市出身ということもあり、親しみのある風景や題材のものもありました。用紙の大きさも様々で、はがきサイズのものはもちろん、日記のように毎日描きとめたものや畳1畳分ぐらいあるような大作、うちわ・カレンダーに描いたもの等たくさんありました。その後は、横手の本物の雪を使って作られていて、一年中マイナス10℃に保たれている『かまくら室』にどんぶくを着て入り“かまくら”を体験してきました。

7月21日 受講者6名と事務局1名の参加で講師は吉鷹公久先生により、開催致しました。今回から、そば専用のつなぎ粉(従来は強力粉)に変えたことにより受講生のみなさんは、スムーズに生地も割れるところも少なく上手に出来たとのことでした。

そば打ち教室を開催



健康長寿ポイント⑭

脳梗塞の予防と治療 脳の血管の中で血栓や塞栓が血流を止めてしまうのが、脳梗塞の原因です。ですから、脳梗塞の予防には、血栓ができていくように、血液を固まりにくくしておくことが、これの予防につながります。いわゆる「血液サラサラ」の状態が良いわけです。注意したいことは、こまめに水分を補給することです。からだが脱水傾向にあるとき、血液は濃縮されてドロドロになり、固まりやすくなります。つまり、脳血栓による脳梗塞が起きやすくなります。脳梗塞は高齢者に多い病気ですが、高齢者はからだの水分が少なくなっても喉の渴きをあまり感じないことがあります。ですから例えば夜寝る前に、また夜中トイレに起きたときなどに、コップに3分の1から半分程度の水を飲むと良いでしょう。なお、脳血栓を来す動脈硬化の予防には、その危険因子である高血圧や脂質異常症(高脂血症)、糖尿病などをきちんと治療すること、そして禁煙が必要です。一方、脳塞栓による脳梗塞については、心房細動など、不整脈の管理が重要です。

脳梗塞の発作が起きてしまったときに大切なことは、1分でも早く専門的な治療を受けることです。治療開始までに要した時間の長短が、発作後の予後(命が助かるか否かや、麻痺の程度)に大きく関係してきます。後遺症が残った場合、リハビリテーションを始めます。初めは大変つらいものですが、必ず少しずつ良くなっていきますから、希望を持って続けることが大事ですね。

これからの主な事業・行事

7月

- 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

8月

- 2日(日) ふれあい夏まつり
- 5日(水) 男の料理教室 絵手紙教室
- 7日(金) いきいき元気講座
- 18日(火) そば打ち教室
- 20日(木) 子どもクッキング
- 23日(日) 奉仕作業 小島
- 26日(水) リフレッシュ教室 絵手紙教室
- 27日(木) 女性講座

