

8月5日 受講者10名と事務局1名が参加して、講師先生は菅原美子先生(よっち坊)により開催致しました。本日のメニューは ・ごはん ・夏野菜のみそ汁 ・カレーのから揚げ ・ところてん ・デザートで、メインのカレーは5枚下の仕方を教わりましたが、前回もかつおを捌いたことから、捌き方がとても上手に出来るようになりました。骨も油で揚げて「骨せんべい」にして頂きました。又、旬の夏野菜を使った具沢山のみそ汁は薄味で、野菜の旨味加わり美味しく頂くことが出来ました。寒天を煮詰めて「ところてん」もつくりました。

男の料理教室を開催



8月7日 登米市と共催での開催

いきいき元気講座を開催

で参加者は各行政区より28名が参加して、元気応援コンシェルジュ春日とみ子さん他3名と中田総合支所市民課職員5名や事務局3名の40名で開催致しました。登米市では元気で長生きしていただくために「やる気・元気・いきいき登米事業」を行っており、この講座は平成24年度から中田4地区を順番に行っており、浅水が今年で最終の開催となります。事業の目的は

①『元気』しっかり動ける体 ②『やる気』張り合いのあるところ

③『いきいき』生きがいのある生活を行って、いただくことを目指しております。この講座はご参加の方、ご自身の健康増進はもちろんのこと、学んだ知識や健康実践の楽しさを地域の方々に広め、地域全体の健康増進に向けた活動をお手伝いいただける方の育成も目的にしておりますので、ぜひ、ご家族や地域にひろめて頂きたく、よろしくお願ひ致します。この講座は3回シリーズで行われますが、是非3回続けてご参加頂きますようお願い致します。ですが2回しか参加できないと言う場合は2回でも結構ですので、続けて参加下さいます様お願ひ致します。

①8月7日(金)動けるからだづくり ②10月9日(金)回るあたまづくり ③11月5日(木)食べるからだづくりで講師先生は東北文化学園大学 教授の方々により行われますが、本日の講師先生は東北文化学園大学 准教授 佐藤敬広様でした。『浅水地域づくり』でも健康長寿を目指しており、講座が多いなあ〜と感じられるかもしれませんが、これらを行う事で、健康長寿の浅水を目指す活動をしておりますので、ご理解頂きご協力をお願いします。今回は『動けるからだづくり』の題で、前半は健康講話をいただき、後半は、タオルやイス、その他、手づくりの道具を使って軽運動を行いました。内容は、骨を強くする運動や筋力強化・バランス強化等で、どれも簡単に自宅に戻ってからも行える運動を教えていただきました。次回は特に川面・新田・浅部の皆さんご参加下さい。

7月28日 参加者24名
で、グループホームあさみず

オレンジカフェを開催

佐々木真弓他5名により開催されました。宮城県より認知症カフェの開設を「老健なかだ」が指定されたことから、登米市でのモデルとして実施することで課題抽出等を行うことを目的として行う事となりましたが、浅水の『地域づくり』では、健康長寿を目指していることから共催事業として、ふれあいセンターを会場に開催しました。歳を重ねても、住み慣れた地域の中で安心して暮せるように相談ができたり、認知症を抱える人と、その家族と一緒にホットできる交流の場として行いました。介護のアドバイスも含めて対応しておりました。



老人会新規組織化の紹介

この度、浅部行政区に『浅部イチョウの会』

(老人会)が新たに設立され(会員数49名)、去る、7月26日浅部構造改善センターに於いて“設立総会並びに懇親会”が開催されました。会員のみなさんは、まだまだ浅部地区を牽引していく中心の方々が多く、老人会というイメージを払拭するため、総会資料にも老人という言葉は一切使われておりません(全てイチョウの会が使われている、イチョウ≒驚嘆に値する生命力があり繁栄を意味する)。当日は、浅水六十寿会の山内会長、浅部振興会の須藤会長に来賓としてご臨席いただき、また、多数の会員の出席により盛会裡に終了しました。

図書を購入しました。貸出致しますのでご利用下さい。



北上川流域の学べる年表
 ・宮城県北部
 ・旧仙台領北部編
 歴史と郷土を愛する人の年表
 知りたい・確かめたい郷土の年表
 地域の歴史書から抜粋した年表
 著者 佐藤勝義
 監修 豊里町郷土史研究会
 ・北上川流域の年表
 神代の時代から2006年まで
 ・北上川流域の信仰等関連年表



日経ビジネス・日経マネー
 間違いだらけの相続&贈与
 2015年-2016年最新版
 ・実家の空き家対策
 危険空き家、放置すると税金が6倍に!? 法改正で待ったなし、今すぐ考えよう!
 ・相続税の基礎控除4割減の
 大增税! 2015年11月から新税法での申告が本格化!

そば打ち教室を開催

8月18日 受講者4名と事務局1名が参加して、講師の吉鷹公久先生により、そば打ち教室を開催しました。従来つなぎ粉は市販の強力粉を使用しておりましたが、2ヶ月前より専用のつなぎ粉に変えたことで、打ちやすくなったことありますが吉鷹先生からは、皆さん、だいぶ上手になっていますが、切る太さを細くすることを気にしていますが、延ばす時に生地が均等になっているかが大事ですとコメントありました。延ばす厚さが厚いと太くなることからのコメントでした。



子どもクッキング教室を開催

8月20日 浅水小学校 2年生から5年生の児童18名が参加して、講師は舟場区 河原早苗先生により、シュークリームづくりを教えて頂きました。シュー生地もカスタードクリームも手作りました、シュークリームはとて皆さん上手に作ることができました。また、子どもたちの中には、家でも作って見たいと話していました。今回は夏休みで神奈川と仙台から田舎に泊まりに来ていた2名の子どもさんも飛び入り参加でしたが、夏休みの良い思い出になったそうです。

奉仕作業(小島区)を開催

8月23日奉仕作業は小島区区長他54名と事務局3名により開催しました。他地区は6時開始でしたが、5時30分から開始し、ふれあいセンターのテニスコート周辺の草刈りとサイクルセンター裏の草刈りをバルカッターで行い、その他の方は農村公園芝生の草抜きを行って頂きました。皆さん動きが良いのと、草刈り機(バルカッター)を持ってきて頂いた方が多かったので予定範囲以上に作業して頂きました。芝生の草抜きも丁寧に作業して頂き、とてもきれいになりました。



ふるスポ登米市大会 で巻区大健闘

8月23日 ふるさとスポーツ大会が開催され、浅水から2チームが代表で出場しましたが、登米市9町・302行政区から選抜した種目ごと18チームでの予選・決勝戦が開催されました。試合の結果巻区が『ターゲットバードゴルフ 準優勝 銀メダル』『ユニカール 3位 銅メダル』と大健闘を致しました。この成果は選手の努力と区長を初めとした応援団の応援もあり、宮城県知事の村井さんからの賞状をもらいました。



これからの主な事業・行事

- 8月
 - 26日(水) リフレッシュ教室 絵手紙教室
 - 27日(木) 女性講座
 - 毎週土曜日6:00~ ルディクウォーク練習会
- 9月
 - 1日(火) コミュニティまつり実行委員会
 - 2日(水) 男の料理教室
 - 2日(水)~4日(金) ソフトテニス大会
 - 4日(金) 文化財探訪 山形県東河江市方面



- 6日(日) 健康長寿講座
- 8日(火) 地域づくり第2部会
- 10日(木) 地域づくり第1部会
- 11日(金) 子育て教室
- 12日(土) ルディクウォーク講習会
- 15日(火) そば打ち教室 地域づくり第3部会
- 16日(水) リフレッシュ教室 絵手紙教室
- 17日(木) 女性講座
- 27日(日) 奉仕作業 (浅水区)

