

## 健康長寿ポイント

日本人の寝たきり原因No1.は、脳卒中！

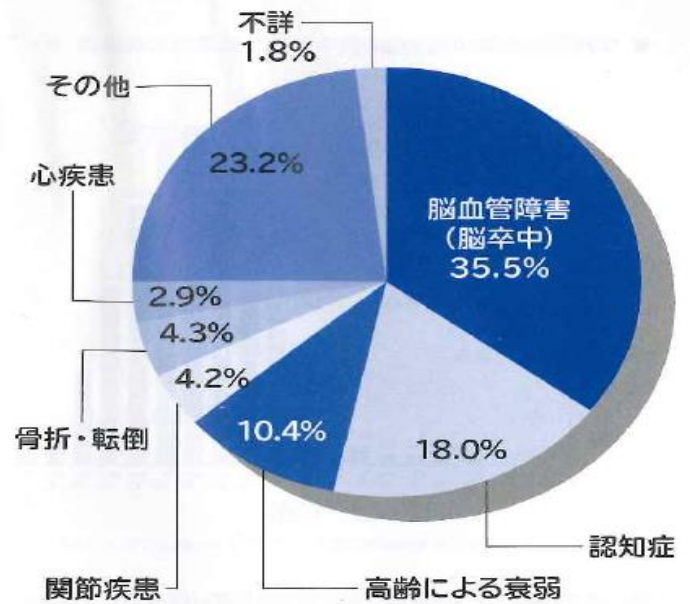
脳卒中(脳血管障害)の発作は一度起きてしまうと、取り返しのつかないことになりかねません。手足の麻痺、言語障害など重大な後遺症が残ってしまうことがあるのです。

日本において、高齢者が寝たきりになる原因の第一位は、脳卒中です。

脳卒中になる前に、生活習慣病をしっかりと治療して予防に努めるか、危険はあってもそのまま放っておくか。あなたなら、どちらを選びますか？



●寝たきり(要介護5)になった主な原因



## テント お譲りします

令和2年度の宝くじ助成により、ふれあいセンターのテントを更新しました。そこで、これまで使用していたテントをお譲りします。

2間(3.6m)×3間(5.4m)のテント2張  
浅水コミュニティの名前が入っています

※昨年の夏祭りで、かき氷  
焼きそばのテントで使用しました



お問い合わせは 浅水ふれあいセンターまで ☎34-2008

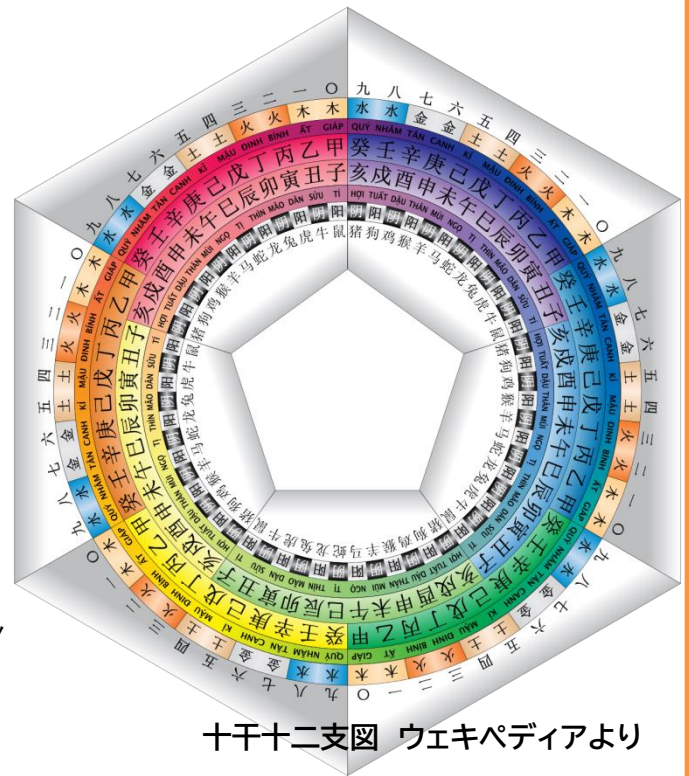
# 支援員のつぶやき(´ε`) ~干支(十干十二支)~

みなさん干支って知ってますか？十干と十二支を組み合わせた60を周期とする数詞(すうじ)のこと。日本では、子・丑・寅の十二支のことを干支ということが多いですが、干支とは十干十二支を指す言葉で、甲(きのえ)乙(きのと)丙(ひのえ)

丁(ひのと)と「え」「と」の音が入ることに由来しているそうです。時刻や方位を表すときにも用いられますね。「乾の方角」や「丑三つ時」など、耳にしたことがあると思います。

干支は60回で1周します。数え年の61歳は生まれた年の干支に戻るので「暦が還(かえ)った」という意味で『還暦』というのです(・ω・)この時に、赤いちゃんちゃんこや頭巾を贈るのは「もう一度赤ちゃんに戻って生まれなおす」という意味合いが込められているそうです。ちなみに！2周したら『大還暦』といいます。120歳も今なら夢ではないかも！？

干支に関わることはほかにもたくさんあり、身の回りに溢れています。占いにも使われるし、初午や端午の節句もそうですね(\*'ω\*)みなさんも自分の干支を調べてみると、干支の世界にハマるかも！？



十干十二支図 ウェキペディアより

他には  
大正13年は甲子の年  
このとき完成したのが「甲子園球場」  
  
慶長4年(明治元年)は戊辰の年  
「戊辰戦争」の名称の由来  
などなど

## 登米市コミュニティ推進連絡協議会 表彰

8月12日 石森ふれあいセンターで登米市コミュニティ推進連絡協議会の表彰式が行われ、浅水コミュニティ運営協議会の小野寺久副会長が表彰されました。

中田町では、浅水のほか、石森コミュニティから2名、宝江コミュニティから2名が表彰されました。

多年にわたり、コミュニティ活動推進・地域振興に尽力されたみなさんです。

これからもより一層、地域づくりへのご協力よろしくお願いたします😊



## これからの主な事業・行事

8月

- 22日(土) 歌声喫茶
- 23日(日) 奉仕作業(川面区)
- 26日(水) 料理教室



9月

- 3日(木) 女性講座
- 5日(土) フラワーアレンジメント教室
- 9日(水) 男の料理教室 絵手紙教室  
リフレッシュ教室
- 10日(木) 人口減少対応部会②
- 11日(金) 浅水テニス大会

