



健康長寿ポイント

【脳卒中ワンプoint②】

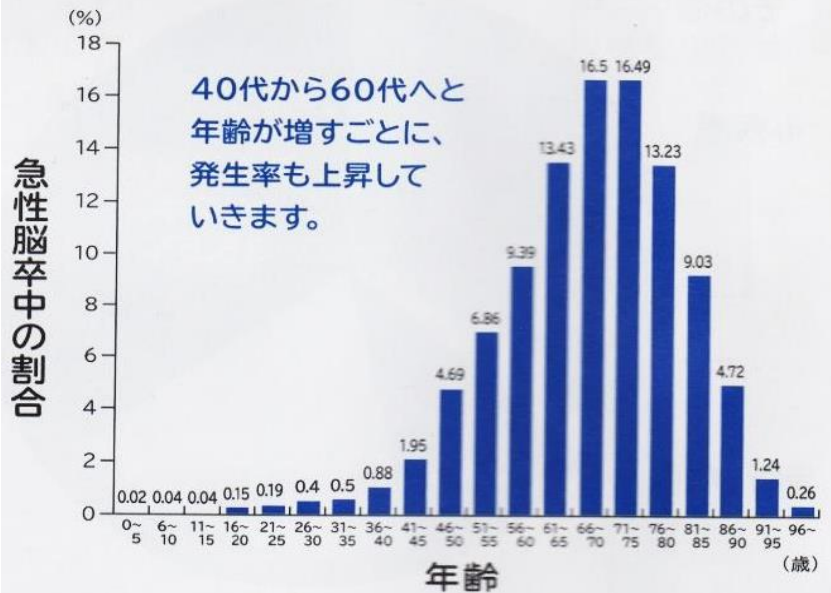
どの年代に多い？ いつ起こりやすい？
脳卒中に関するデータを集めました。

40代から70代まで年齢が増すごとに、発生率も上昇していきます。

特に中高年の方は、脳卒中予防に積極的に取り組んでください。

血圧やコレステロール値
血糖をきちんとコントロール
していますか？

● 年齢別の脳卒中発生率



40代から60代へと年齢が増すごとに、発生率も上昇していきます。

チョコレートのお話



8月の女性講座は、明治の健活セミナー

～チョコレートの世界へようこそ～ でした。

明治の栄養士さんが出張講座をしてくださいました♪身近な食べ物チョコレート。栄養価が高くとっても奥が深い！そんなチョコレートについて、ちょっとご紹介(*^^*)



カカオツリー
カカオポッドはこんな風に実が
つきます

カカオからチョコレートへの道のり



工場へ運ばれ、たくさんの工程を経て出来上がったチョコは、約1か月熟成してから出荷されます。熟成してたなんてびっくり！

チョコレートの歴史は4000年！カカオの学術名は「テオブロマ・カカオ・リンネ」‘神々の食べ物，’という意味で神へ捧げていたそうです。

多くのカカオ農家の人々は、カカオが何になるか知らなかったそう。明治さんは「メイジ・カカオ・サポート」で農家支援・品質管理・技術向上の活動のほか、井戸や学校用品などの寄付もしています。もちろん、出来上がったチョコを持って行くそうです♪
良いカカオを作る指導をすることで、現地農家の安定した収入の確保に繋がるのです。

チョコレートの原料はカカオ豆。70%が西アフリカで生産されています。カカオポッドの中から果肉に包まれたカカオ豆を取り出し、発酵させます。発酵しないとチョコレートになりません。発酵と焙煎の仕方によって、1つのカカオ豆から1000種類のチョコレートができると言わせています。発酵後、天日干しで乾燥させます。水分が8%以下になったら、輸送🚚輸送までを現地のカカオ農家さんが行います。

令和2年度 コミュニティまつり 中止

8月12日に開催した事務局会議で、会長・副会長とコミュニティまつりの開催について検討しました。新型コロナウイルス感染症が未だ収束の見通しが立たない状況にあります。コミュニティの事業・イベントを行う際は、市のガイドラインに沿って参加者のリスト作成等の対策を行うことになっており、不特定多数の方が参加するコミュニティ祭りの開催は困難と判断。8月19日に区長さん方に内容をお話し、中止することに決定しました。

1 ば	つ	こ		2 ふ	ぐ	す
ん		3 き	ど ②	ご ③	ろ ④	ね
4 か	5 ぐ	す		む		7 つ
だ	い	6 と				た
	ら	8 の	さ	る		く
9 に		ぐ		10 ね ①	つ	た
11 お	だ	づ	も	つ	こ	

パズルのカギ

タテのカギ

- 【タテ1】 夕方
- 【タテ2】 こたつに足を入れること
- 【タテ5】 「なんだい_____ひっばって」
- 【タテ6】 入り口
- 【タテ7】 忙しく動き回ること
- 【タテ9】 稲_____・ほによ

ヨコのカギ

- 【ヨコ1】 少し
- 【ヨコ2】 壊す・解体
- 【ヨコ3】 「_____してっと風邪ひぐど！」
- 【ヨコ4】 ポケット
- 【ヨコ8】 車に_____。
- 【ヨコ10】 泥・青_____。
- 【ヨコ11】 ふざける人

こたえ

ね ど ご ろ



宝くじ助成事業

宝くじ助成事業へ申請をし、コミュニティの備品購入・更新をしました㊦
貸出も引き続き対応しています(貸出できないものもあります)。
詳しくはふれあいセンターまでお問い合わせください☎



1	かき氷機(HB-310B)	1台	8	缶バッチマシン(32mm)	1台
2	ガス式焼き鳥機(GB-3L)	2台	9	パンチカッター(32mm)	1台
3	綿あめ機(CA-120)	1台	10	バッチパーツセット(32mm)	4set
4	スピーカースタンド (PRP SPS/BLACK)	2台	11	テント(3.6m×7.2m)	2張
5	スピーカースタンド用 キャリングケース	1台	12	テント(2.4m×3.6)	2張
6	パワードスピーカー (YAMAHA DXR15mk)	2台	13	折りたたみテーブル	10台
7	アナログミキサー (YAMAHA MGP24X)	1台	-	-----	-

これからの主な事業・行事

9月

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㊦



- 11日(金) 浅水テニス大会
- 16日(水) 健康長寿教室㊦
- 19日(土) 歌声喫茶
- 23日(水) 絵手紙教室
- リフレッシュ教室
- 27日(日) 奉仕作業(新小路区)

敬老の日

