

北部コミセン通信

「北部コミセン健康相談」始めます

現在、北部コミセンでは毎月第4金曜日の北の湯開設に合わせて、滝沢村高齢者支援課による健康相談が行われています。

北の湯利用者の皆さんは、月に1回保健師さんに体調のことなどを相談し、大きな安心を得ているようです。

そこで北部コミセンでは4月から毎週金曜日に看護師さんを配置し、健康相談を始めることにしました。もちろんこれまでの村の健康相談と連携しながらです。

毎週行うこと、同じ看護師さんが担当すること、体調はもとより食事や運動のことなど、よりきめ細かな対応ができると考えています。健康相談を続けるなかで、要望があれば健康のための料理教室なども開いていきます。

北の湯利用者以外の方もどうぞご利用ください。

■北部コミセン健康相談（4月からです）

- ・毎週金曜日 午後1時〜3時
- ・相談員の鎌田洋子さんは、看護師として豊富な経験を持つ方です。



北部コミセンのロビーに

ヘルストロンを設置します。

北部地域の皆さんの健康を願って、北部コミセンでは4月からロビーにヘルストロンを設置することにしました。

村の老人福祉センターにも設置されている、厚生労働省認証の電位治療器です。身体を電界で覆い電位の力により、慢性の頭痛や肩こり、便秘などの症状改善に効果があるといわれています。

20分間椅子に座るだけの簡便な使用方法です。北の湯の利用前後はもちろん、朝8時30分〜夜9時まで北部コミセンが開いている時間でしたらいつでも利用できますのでお気軽にお立ち寄りください。

■1回20分100円です。（4月からです）

和やかに、でも真剣に！

第一回北部麻雀大会開催

3月10日(土)、北部コミセンにて麻雀大会が開催されました。

大会のモットーは「賭けず・吸わず・吞まず」と、とても健康的。参加者16名は、旧知の仲の方もいれば初対面の方もいましたが、終始和やかに麻雀を楽しみました。

今後、北部コミセンで気軽に麻雀が楽しめるよう、備品等を整えていきます。ぜひご利用ください。

- ・優 勝 池田英人（南一本木）
- ・準優勝 川本徳彦（南菓子）
- ・3 位 中村哲男（南菓子）
- ・ブービー賞 田辺幸子（南一本木）
- ・役満賞 北村睦男（長根）





北コミ日記

〇月△日 晴れ

最近、事務室窓口に「本、ありがとうございますました」「本、2冊借りてくよ」と声をかける人が増えている。

北部コミセンのロビーには、当館の澤田所長が、いずみ菓子ニュータウンなどから集めてきたたくさんのお本が並んでいる。言うなれば「澤田文庫」である。

幅広い分野の本は、北の湯利用者にも人気で冒頭の様な会話となるのだ。

本棚をのぞくと「写真太平洋戦争(一〜五巻)」といったごついものから、司馬遼太郎、三浦綾子らの名著、「窓ぎわのトットちゃん」などの懐かしのベストセラー、「釣りバカ日誌」といったやわらかいコミックも多数あり、なぜか「家庭の医学」が鎮座している。

お風呂上りに読書にふける姿も見られるが、借りて帰って家でゆっくり読みたい人もいる。その場合、澤田文庫の貸出し規則は「どうぞ、返してくれればいいから」のみだ。

コミセン駐車場には月に一回、村の移動図書館かっこう号が来るが、一度ロビーの澤田文庫ものぞいて欲しい。分類されていない雑多さが魅力だ。

(塩田)



ある日の風景

この日は、大集会室に岩手駐屯地第9戦車大隊の姿がありました。大会を控えて、銃剣道の稽古。銃剣を構え、鋭い気合で踏み込み、相手を突いてゆく姿は圧巻でした。

春近し 北の湯出かけ ぽっかぽか
ぬぐだまります



北の湯

毎週火・金曜日 午後1時～5時
無料 60歳以上の村民の方対象

※3月20日は祝日のためお休みです。

今後の北の湯開設日

★健康相談日

3月16日(金)	3月20日(火)
★3月23日(金)	3月27日(火)
3月30日(金)	4月3日(火)
★4月6日(金)	4月10日(火)
★4月13日(金)	4月17日(火)