

北部コミセン通信

第5回北部スポーツ交流会

爽やかに交流を深めました

2月15日(水)、北部コミセンを会場に滝沢市内の福祉施設と中学校特別支援学級が参加して北部スポーツ交流会が開催されました。

卓球と輪投げ競技、昼食会を通して親睦と交流を深めることを目的に、今年で5回目の開催です。市内5施設3支援学級から参加者・引率者99名、ボランティアと運営スタッフを合わせると133名という大所帯の大会となりました。卓球団体戦のエントリーは過去最高の17チーム。4グループに分けてリーグ戦を行い、一位チームを表彰する形です。この日に備えて各



チームとも練習してきた成果が存分に発揮され、好ゲームが繰り広げられました。輪投げは個人戦で68名のエントリーがあり9グループに分けてグループ上位入賞を目指しまし

●参加施設・学校

- みたけの園・りんりん舎・ワーク小田工房・みやま・みのりホーム・滝沢中・滝沢二中・滝沢南中
- ボランティア協力
滝沢市社会福祉協議会
盛岡大学短期大学部

た。入賞をかけた同点決戦などもあり一投一投に歓声が沸き起こっていました。

競技後の昼食は、みのりホーム特製のカレーライスを食べながら親睦交流会です。「一位をとろうと練習してきて、入賞して嬉しかった」などの感想を出し合い、成績発表・表彰の後に来年の再会を約束して閉会となりました。(詳しくは裏面の北コミ日記で)

麻雀大会開催しました

「賭けず、呑まず、吸わず」がモットーの北部麻雀大会が、3月4日(土)に開催されました。目いっぱい麻雀を楽しんでいただくために定員は8名。

年度末の恒例行事となり、和やかな雰囲気です麻雀卓を囲みました。優勝は佐藤誠さん(牧野林)でした。



北部コミセン運営委員会

コミセン祭実行委員会合同会議

3月9日(木)に北部コミセン運営委員会と北部コミセン祭実行委員会の合同会議を開催しました。

委員17名出席のもと、今年度のコミセン運営状況や、昨秋の第31回北部コミセン祭の報告が行われ、コミセンの利用増や、コミセン祭運営などについて提言をいただきました。



塩分控えめ健康料理教室

北の湯健康相談お楽しみ企画「料理教室」が3月7日(火)に行われました。講師はみのりホーム栄養士・内澤さんと看護師の鎌田さん。参加者11名は、「鶏そぼろ」や「イワシのマスタード焼き」など、「一食・塩分2.5g」を目標としたレシピを確認しながら全員で調理に取り組みました。お待ちかねの会食は、日常生活での減塩ポイントなどを教わったり、自分の健康法を披露したりと会話が弾みました。





北の湯日記

〇月〇日 くもり

5回目となった北部スポーツ交流会だが、市内の福祉施設や中学校にすっかり定着した感がある。そして参加者だけでなくボランティアにも定着してきたようだ。

市社会福祉協議会の呼びかけに添えてくれた7名は全員昨年の経験者だった。主に受付や輪投げのサポート、昼食の配膳をお願いしているのだが任せて安心、手際が良いし安定感抜群である。帰り際に「歳だから来年は来れるかどうか?」「確か去年もそう言って帰られましたよね」で大笑い。

一方の盛岡大学短期大学部は、窓口を引き受けて下さっているS教授担当ゼミの若さ弾ける学生さん達。こちらは毎年初参加のメンバーがやってくる。とにかく体がよく動く。

準備段階でS教授から連絡が入った。「準備運動のリード役を学生たちがやっていたっているのだがどうだろうか」。この嬉しい申し出に即Okである。

当日、ステージの学生たちは音楽にのって踊りだした。



楽しい振り付け

簡単にコミカルな振り付けだ。参加者もたちまち引きつけられ楽しそうに踊っている。笑い声まで聞こえてくる。

もうひとつ嬉しいダンスがあった。中学生たちによるソーラン節である。昨年暮れに届いた交流会参加申込みFAXに「生徒たちにソーラン節を踊らせたいのだが」とコメントがあった。滝沢中学校のI先生だ。どうせなら交流会の締めには踊ってもらおうことにした。

当日、表彰式が終わり締め時間となると、滝沢中だけじゃなく、滝沢二中・滝沢南中の生徒全員が前に出てきた。円陣を組んで気合を入れた後、音楽に合わせて踊り始める。その真剣な、心をひとつにした群舞に胸が詰まった。

聞けば3中学校ともソーラン節に取り組んでいて、一緒に踊ろう!となったのだ。スポーツで汗を流し親睦を深めた交流会に相応しい爽やかな締めだった。(塩田)



心を合わせて踊る



ノリノリの準備運動



シルバー川柳 (社)全国有料老人ホーム協会HPより
 ☆粗大ごみさういう妻は不燃物
 ☆老いるとはふえる薬と減る記憶

ぬぐだまりますよ

北の湯

介護予防施設
 毎週火・金曜日 午後1時～5時
 無料 概ね65歳以上の滝沢市民対象

北の湯開設日	★健康相談日
3月14日(火)	★ 3月17日(金)
3月21日(火)	★ 3月24日(金)
3月28日(火)	★ 3月31日(金)
4月4日(火)	★ 4月7日(金)
4月11日(火)	★ 4月14日(金)