

北部コミセン通信

コミセン運営委員会開催

今年度の第一回北部コミセン運営委員会が、5月20日(月)に開催されました。

会議冒頭、社会福祉法人やまゆり会理事長・柳村敏より「指定管理契約の最終年となるが、引き続きコミセンの管理運営を任せられるようしっかりとやっていきます。運営委員の皆さんもより良い運営の為に力を貸してください」とお願いがありました。



会議では、平成24年度事業報告と新年度事業計画について話し合わせ、委員から意見や提言などが出されました。

また、みのりホームのキーキセツも準備されて和やかな雰囲気のか会議が進められました。

平成25年度

北部コミセン運営委員の皆さん

- ・北一本木自治会長 吉田操
- ・南一本木自治会長 角掛忠男
- ・いずみ菓子ニュータウン自治会長 佐川了
- ・柳沢自治会長 横田宗明
- ・老人クラブ百鷲会長 鈴木仁
- ・老人クラブ岩寿会長 吉田徳男
- ・老人クラブ亀鶴会長 青木輝夫
- ・老人クラブ末広会長 瀬川拓郎
- ・一本木婦人会長 角掛玲子
- ・柳沢自治会婦人部長 荻原敏子
- ・一本木小学校長 阿部幸子
- ・一本木中学校長 佐々木哲哉
- ・柳沢小中学校長 田村敏実
- ・一本木小学校PTA会長 佐々木淳
- ・一本木中学校PTA会長 高橋舞
- ・柳沢小中学校PTA会長 小原友比古
- ・一本木保育園長 小林智寿子
- ・柳沢保育園長 三上すみ
- ・新岩手農協女性部北部支部長 角掛百合子
- ・新岩手農協女性部山麓支部長 上野力ナエ
- ・社会福祉法人やまゆり会理事 戸澤勝進

(敬称略)

北の湯

終了時間延長

6時までやっています



汗ばむ季節となりました。6月～8月の間、北の湯は終了時間を延長し6時まで開けています。どうぞごゆっくりおくらしてください。

※ ※

◆今月の「滝沢村の文化財展」

北部コミセンのロビーに月替わりで展示中の「滝沢村の文化財展」。今月は「記録作成等の措置を講ずべき無形の文化財・チャグチャグ馬コ」です。

旧暦の端午の節句を迎えると、農作業を一日休み愛馬に飾りをつけ鬼越蒼前神社に参拝をし、人馬の無病息災や家内安全、五穀豊穰を祈願します。

初夏、華やかな装束をまとってチャグチャグと鈴の音を響かせながら盛岡市まで行進する馬コの晴れ姿や、親に続く仔馬の愛らしさ、馬上で手を振る緋の着物の菅笠姿の子供の愛くるしいしぐさが、沿道のたくさんの人々を楽しませます。



北の湯日記

〇月〇日

研修室から楽しそうな笑い声が聞こえる。今日は「北の湯健康食会」だ。

北部コミセンでは、北の湯開設日に合わせて週1回、健康相談を実施しているのだが、それ以外にも北の湯利用者の健康増進にお役にたてればと、今年度はサロンのことなど色々と企画を考えている。

その第1弾が健康のため食生活で気を付けたいことなどを話し合う食事会だ。

今回は一人暮らし、二人暮らしの方限定で声をかけさせていただき、健康相談を担当している鎌田看護師、みのりホームの菅原栄養士、北



部コミセンの澤田所長も出席している。メニューは「胚芽米のご飯」「鱈と豆苗のホイル焼き」「じゃがいもと塩昆布の酢の物」などなど：薄味で。



写真を撮ろう

と食事の最中にお邪魔した時は、菅原栄養士が食品の栄養バランスについてアドバイスをしていくところだった。

後日、鎌田看護師に聞いたところ、胚芽米について

「かみごたえがあり、味も良かった」との声。全体を薄味にまとめた味付けについては「いつも食べているのが濃い味付けなので少し物足りなかった」「豆苗を始めて食べたが豆の味がしておいしかった」などの感想があったという。

「食事のこと以外に歯の事や山菜のことなど、ざっくりばらんに話せて良かった。なかには自分の人生について語りだす方もいて、一時間では足りなかったかな」というのが鎌田看護師の感想。これからは食事会に限らず、お茶っこ会や軽く体を動かすストレッチなども取り入れたりと意欲的だ。

健康や食生活のアドバイスを聞き、いろんなことを楽しく語り合い、そして北の湯に向かう皆さんの笑顔が印象的だった。(塩田)



24節気 72 候 芒種 梅子黄なり うめのみきなり
梅の実が熟して色づくころ。季節は梅雨へ、しとしとと降る雨を恵みに。
◇日本の七十二候を楽しむ(東邦出版)より

さっぱりしましょ!

健康相談
ご利用ください

北の湯

毎週火・金曜日 午後1時~6時
無料 60歳以上の村民の方対象

※6月~8月は終了時間を6時まで延長します。

北の湯開設日

★健康相談日

6月18日(火)	★6月21日(金)
6月25日(火)	★6月28日(金)
7月2日(火)	★7月5日(金)
7月9日(火)	★7月12日(金)
7月16日(火)	★7月19日(金)