

北部コミセン通信

新年度スタートしました

4月に入ってから大雪に驚かされましたが、桜の開花が待ち遠しい季節となりました。

社会福祉法人やまゆり会が北部コミセンの指定管理者となり8年が経過しました。そして前号でもお知らせしたとおり、今年度より5年間、令和5年度まで管理運営の任を担うことが決まっています。これまで以上に地域の皆さん、利用者の皆さんに愛され親しんでいただける

コミセンを目指していきますのでどうぞよろしくお願ひします。

そして新年度も下記別表のように様々な自主事業を展開していく予定です。通年の事業としては、地域団体サポート事業としてまちづくり委員会など、地域団

体のお手伝いができるよう連携していきます。また歌うことで健康増進に役立てていただけるよう通信カラオケの設置も継続します。地域やお仲間のコミュニティづくりにお役立てください。毎週火曜日には研修室でカラオケ広場を開設し、愛好家が楽しんでいきます。また9月には北部カラオケ祭りも開催予定です。

北部コミセンギャラリーではロビーに展示する書や写真、手芸品等を随時募集しています。パッチワーク教室や北部写真愛好家サロンも仲間を募集していますので興味のある方はご一報ください。

7月にはグラウンドゴルフに親しむ会を開催予定です。北部コミセンではクラブなどの用具一式を揃えていますので、いつでも芝生の前庭やゲートボール場で楽しんでいただけます。ぜひご利用ください。

北の湯は毎週火・金曜日に開設していますが、金曜日はみのりホームの看護師による健康相談を実施していますので健康管理にお役立てください。

34回を数える北部コミセン祭は、先日の実行委員会にて10月26日(土)の開催が決定しています。地域の皆さんで楽しみましょう。

各自主事業の詳細については北部コミセン通信で随時お伝えします。地域の皆さんのご参加・ご協力をよろしくお願いいたします。

昨年のフラワーアレンジメント教室



No.	時期	事業名
1	通年	コミュニティ団体サポート事業
2	通年	カラオケコミュニティ向上事業
3	通年	北部コミセン健康相談
4	通年	北部コミセン運営委員会設置
5	通年	北部コミセン通信発行
6	通年	北部コミセンギャラリー開設
7	通年	滝沢市観光写真コンクール展
8	通年	パッチワーク教室
9	通年	北部写真愛好家サロン
10	6月	フラワーアレンジメント教室
11	7月	グラウンドゴルフに親しむ会
12	9月	北部カラオケまつり
13	10月	滝沢市北部コミセン祭
14	11月	コミセン杯輪投げ大会
15	12月	北部音楽会
16	2月	北部スポーツ交流会
17	3月	北部麻雀大会

平成31年度北部コミセン自主事業予定



北の湯日記

〇月〇日 晴れ

北部コミセン名物に「北の湯」があり毎週火曜日と金曜日の午後に開設される。概ね65才以上の滝沢市民が対象で無料である。毎回40名近くの方が楽しみにして来てくれる。

毎週火曜日は研修室で「カラオケ広場」が準備され愛好者が集う。しばらく歌って北の湯に入り、またカラオケに戻る人もいる。

金曜日は「北部コミセン健康相談」の日だ。13時〜15時までロビーにてみのりホームに勤務する鎌田看護師が相談を受け付けている。

血圧を測り健康面の心配事にアドバイスをするのだが、鎌田看護師とは週1回、7年間の付き合いになる



ので世間話に花が咲くことも多く和やかな雰囲気だ。そんな健康相談のお楽しみ企画として、料理教室を毎年開いている。みのりホームの昼食の

献立を担当している内澤栄養士に考えてもらい、減塩メニューなどの健康料理教室だ。

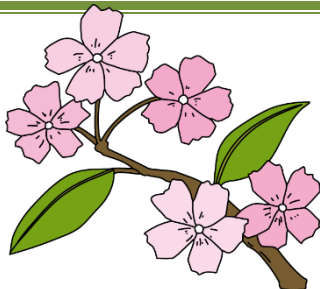
今年も3月26日(火)に北部コミセンの調理実習室で開催された。参加者は北の湯常連さん先着10名。おりしも隣の研修室では自主事業の写真教室が開かれていたのでご主人は写真教室、奥さんは料理教室というご夫婦もいた。

今回のテーマは「缶詰で簡単おいしい料理を作ろう」だ。メニューは鮭缶で「鮭の混ぜ寿司」、さば缶で「さば豆腐」、ツナ缶で「和風ツナサラダ」、アサリの水煮缶で「アサリのすまし汁」の4種。缶詰は種類が豊富で主食から汁物まで対応できると内澤栄養士が考えたものだ。

普段は台所に立たないだろうなという男性陣3名も含めて、みんなで調理し、感想などを話しながら会食を楽しみ、その後北の湯に入る流れだ。

内澤さんがそれぞれ好きな缶詰を質問したところYさんが「タクアンの缶詰」と答え、一同びつくりという場面があった。長く自衛隊員だったYさんから自衛隊の行動食にはタクアンの缶詰があるとの説明。

そういえば8年前、大震災の救援活動に入り北部コミセンを拠点に宮古市方面で活動していた北海道の自衛隊の部隊からたくさんの缶詰をいただいたことがあった。その中に入った塩辛いタクアンの味を思い出した。(塩田)



ぼやき川柳 かんさい土曜ほっとタイムより
(NHKラジオ第一 3月で番組終了)
★ネクタイが新人ですと主張する
★聞かせたい話はあるが誰も来ぬ

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

4月16日(火) ★4月19日(金)

4月23日(火) ★4月26日(金)

4月30日(火)お休み 5月3日(金)お休み

5月7日(火) ★5月10日(金)

5月14日(火) ★5月17日(金)