

地域サロンを
応援します
村地域包括支援センター

飯舘村地域包括支援センターでは、地域のサロンやミニデイの開催を支援しています。「栄養教室」「百歳体操」などを取り入れた活動には、講師や職員の派遣も行っています。どうぞお気軽にご相談ください。

問 飯舘村地域包括支援センター
☎ 0244-42-1626

栄養教室 草野行政区の皆さんと

12月3日、草野集会所で、地区の皆さんを対象に、村地域包括支援センターが、「低栄養予防教室」を開きました。この日のテーマは、栄養価の高い牛乳を和食に取り入れた「乳和食(にゅうわしょく)」。



村の栄養士が、実演をしながら講話を行いました。その後は、グループに分かれて分担し、実際に「乳和食」の調理を体験。「乳清玄米あずきごはん」「まぐろのチーズ山かけ」「ほうれん草とじゃこのチーズ白和え」など5品をつかって、皆で味わいました。



帰村した人も、村外に暮らす人も、移住してきた人も参加して、一緒に料理を楽しみました。健康によい食事に対する参加者の関心は高く、栄養士の講話に熱心に耳を傾けていました。男性の参加も多く、調理作業に積極的に取り組んでいたのが印象的でした。調理や会食をしながらの交流も楽しく続いて、充実した活動となりました。※地区のサロンなどで栄養教室を開きたい場合は、ぜひご相談ください。

百歳体操 サポーター養成講座

12月12日、交流センター「ふれ愛館」で、社会医療法人秀公会の理学療法士を講師に招き、「百歳体操サポーター養成講座」を開きました。「百歳体操」は、筋力やバランス能力を向上させる体操で、体力に合わせて重りを使い効果を高めます。また、DVDを見ながらできるので、コツをつかめば、どなたでもすぐに取り組めます。地区のサロンやミニデイ、有志の活動などに取り入れてみませんか。



11月25日、日本の音楽の魅力を海外に伝えている団体「ミュージック・フロム・ジャパン」(三浦尚之理事長)が、草野・飯樋・白石小学校、飯舘中学校で、特別授業を行いました。今年のテーマは沖縄音楽。児童・生徒が、舞踊団「結華(ゆいばな)」などの指導を受け、沖縄の太鼓「パーランクー」や沖縄舞踊をいきいきと体験しました。

12月5日、「までいの里のこども園」で、深谷有志の会と農協、PTA役員の協力のもと、もちつき会が開かれ、園児が一足早いお正月気分を味わいました。園児は、蒸かしたもち米を食べた後、元気いっぱい「ぺったん、ぺったん」ともちつきを応援! つきたてのもちもおいしそうにほおぼっていました。



12月17日には、おたのしみ会が開かれました。子ども達は、クリスマスの歌「ジングルベル」に合わせてダンスを踊ったり、先生達によるハンドベルの演奏を聴いたりして楽しみました。そして、待ちに待ったサンタクロースが登場すると、大きな歓声が。園児は、プレゼントをうれしそうに受け取っていました。



12月19日には、小学校で、「笑育」の発表会が行われました。松竹芸能の人気漫才コンビが、ユーモアたっぷりに児童を直接指導! 3・4年生はプロとの掛け合いで、5・6年生は児童同士がコンビを組んで、自作のネタを個性豊かに発表しました。子ども達は「笑育」の漫才体験を通して、人前で話す勇気や、人を傷つけない笑いの素晴らしさなどを学んでいます。

人権作文コンテスト福島県大会で、飯舘中学校3年の菅野沙菜さんが奨励賞を受賞。12月19日、福島地方法務局相馬支局の大竹健司支局長と村の人権擁護委員が中学校を訪れ、表彰式を行いました。菅野さん(写真中央)は、介護現場の虐待の問題などを取り上げ、高齢者の人権をテーマに作文を書きました。また、中学校には人権教育に対する感謝状が贈られました。

