



第 8 号

発行年月日:2018 年 2 月 14 日

発行人:京極町介護予防センター

☎:42-3681

にこっと通信

シリーズ第5回

元気湧く湧く人

笹原満雄・まゆみ ご夫妻



予 防: 満雄さんは介護予防センターの立ち上がり当初から、介護予防の重要性を理解され、様々な教室へ参加されています。しかし、京極町ではまだまだ男性の介護予防への参加が少ない現状にあります。同世代の男性へわかってほしいことがありましたら教えてください。

笹原満: 参加しない人は「まだ自分は元気だから関係ない」と思っているようですが、介護予防は元気なうちから始めないとダメだと思います。

元気がなくなってから参加しようと思っても、参加できない状態になってしまうのではないのでしょうか？

みなさん、元気なうちから介護予防を始めましょう！！



笑顔がステキなお二人。
夫婦そろって介護予防に取り組んでいて、素晴らしいですね！



予 防: 昨年、つどいの場サポーターになられ、満雄さんと共につどいの場「たんぼぼの会」のサポーターとして活躍されていますが、今後「たんぼぼの会」をどのような会にしていきたいですか？

笹原ま: とにかく長続きさせたいです。他の町内会の方も誘っているのですが、遠慮があるのか来ていただけないのが残念です。運動の後の茶話会も楽しく大事な時間だと感じています。

予 防: 今後も末永く、お二人仲良く元気で活躍してくださいね！

Let's 脳トレ(脳力アップ教室の問題から)

*答えはこの通信内にあります

2つの県名が四角の中にあります。2つの県名を教えてください。

問題 1

問題 2

問題 3

問題 4

とてう ういきわ よ	おわり が あな も	っぎう いほ ふど	あなた わき おき
------------------	---------------------	-----------------	-----------------



＜ つどいの場 一覧表 ＞

グループ名	かがやけ	たんぽぽの会	ささえあう輪	ゴールド ラッシュ	オロッコ
開催場所	京極温泉 談話室	京極集会所	福祉拠点 きょう・ここ	湧学館 2 階 文化教室	喫茶チェリー 店舗跡
実施日時	水曜日 10 : 00	月曜日 15 : 00	月曜日 13 : 30	水曜日 10 : 30	月曜日 13 : 30
近況報告	メンバーが 1 人 新しく加入しま した！ 「ふまねっと」 にも取り組みは じめ、さらに盛 り上がっていま す！	夏場は畑で忙し くて参加できな い方が、冬場 には参加されて いて 7 名でがんば っています！	町の真ん中にあ る皆が集まりや すい場所で、お 互いに支え合 い声をかけあ っています。体操 後の茶話会も 楽しみの一つ です。	前日は吹雪で も、つどいの場 のちょこっと体 操開催時には晴 天です。1 回も休 むことなく和気 あいあいと続け ています。	寒さに負けず、 雪と戦いながら オロッコの月曜 メンバーは元 気に体の調整に 来ています！ 春よ来い！

* 各グループ、随時新規参加者を募集しています！気になるグループがあれば、気軽に足を運んでくださいね！！

シャキッと会も
参加者募集中！

冬場のシャキッと会は会場が混雑しているため、遠慮している方もいらっしゃったと思います。つどいの場が出来たことで、会場にも余裕ができています。ちょこっと体操では物足りない方、若い方はぜひシャキッと会(福祉センター火・金 10:00～)にご参加ください！！



おすすめ本



羊蹄山を望む開拓村に生きた人々。厳しい自然と苛烈な労働に明け暮れた北国の生活。貧しくも濃密な関係を結んだ大地と人間を骨太に描く、畢生の連作小説集。



作者は京極町にゆかりのある方です。開拓を肌で知る年代の方々には、懐かしい光景が思い出される小説だと思えます。タイトルの「穴はずれ」をはじめ、「バイキ」「ヤンチャ引き」などの言葉の意味を知っている方は、どの程度いらっしゃるのでしょうか？若い年代の方には、昔、羊蹄山麓にあった小さな部落での生活の様子を知ることができる本としておすすめします。今は消滅してしまった部落が、昭和にはいくつもあったのでしょうか・・・湧学館で借りることが出来ますので、興味のある方は読んでみてください！

「にこっと通信」は京極町社会福祉協議会のホームページではカラーで見ることが出来ます

京極町社会福祉協議会

検索



職 員 田 津 千 穂 副 会 長 野 村 真 樹 副 会 長

川 野 幹 副 会 長 藤 井 幸 子 副 会 長 藤 井 幸 子