

笑

う門には福来る
つて、楽しく、心身ともに健康！

市老人クラブ「女性の集い」市老人クラブ連合会主催は10月2日、西根地区市民センターで開かれ、老人クラブ会員約200人が参加し、笑いと健康について体験しながら学びました。

だ地域づくりに役立つ老人の存在感を示していきたい」と力強く語りました。

この集いは、女性の視点に立った老人クラブ活動、友愛活動、地域づくりの実践に向け情報交換を行い、参加者相互の交流を図ることを目的に毎年開催されています。

笑い(ラフター)ヨガティーチャーの釜澤俊一氏が「笑いヨガで、笑って元気！笑って健康！笑って幸せ！」と題して講演しました。脳を活性化させるプログラム「シナプソロジー」では、数字に合わせた動きを覚えたと

「笑いヨガの前に「シナプソロジー」で脳を活性化

また、笑いの体操とヨガの呼吸法を組み合わせた「笑いヨガ」では、手拍子や掛け声と一緒に会場中に笑いが伝染。額にうっすらと汗をかき、上着を脱ぐ参加者も見受けられ、1時間半の講演はあつという間でした。



「いがった いがった イェーイ！」の掛け声で「笑いヨガ」



「いがった いがった イェーイ！」の掛け声で「笑いヨガ」

岩手地区中学校総合文化祭ポスターの部 小澤美桜里さんの作品が最優秀賞を受賞

第16回岩手地区中学校総合文化祭のポスターに、西根中2年の小澤美桜里さんの作品が選ばれ、10月12日に盛岡市民文化ホール(マリオス大ホール)で行われた同祭の開会式で表彰されました。

6月下旬にテーマ「咲き誇る夢と希望 ～輝け！私たちの大輪の花」が発表され、岩手地区の各中学校へ8月末を期限に作品を募集。小澤さんの作品が見事、最優秀賞に選ばれました。

小澤さんは「テーマを聞いて明るいイメージが湧いたので、楽しそうに歌っている女の子と鮮やかに咲く花を描きました」と笑顔を浮かべ、話してくれました。



経験を生かして、動画で市を盛り上げる 地域おこし協力隊に熊谷拓朗さんが就任

市地域おこし協力隊員辞令交付式は10月2日、市役所で行われました。

熊谷さんは安代地区出身。前職では東京の映像関連の会社に勤務し、映像機器の操作や映像編集の業務に従事していました。

市地域おこし協力隊員辞令交付式は10月2日、市役所で行われました。

熊谷さんは安代地区出身。前職では東京の映像関連の会社に勤務し、映像機器の操作や映像編集の業務に従事していました。



取材依頼や情報提供は企画財政課広報広聴係までご連絡ください。お待ちしております。

安代診療所

遠藤芳夫医師が着任



遠藤芳夫 安代診療所長

新潟県長岡市出身。内科医で、約15年間、北海道の地域医療現場に携わる。

診療日		受付時間	
月曜日・火曜日	診療日	午前8時半から	午後1時から
金曜日	診療日	午前8時半から	午後1時から
木曜日	診療日	午前8時半から	午後1時から

10月2日から、安代診療所に遠藤芳夫所長(62)が着任しました。遠藤所長は「場所がどこであって、行政や他の医療機関などと連携して取り組むことが大切。地域の皆さんの役に立てるよう、しっかりとっていききたい」と意気込みました。同診療所の診療日は次のとおり。

間羽松地区の「にこにこサロン」 雑巾贈呈を続け15回目を迎える



にこにこサロン利用者に囲まれながら、むらさき苑利用者へ瀬川代表から雑巾を贈呈

間羽松地区の高齢者サロン「にこにこサロン」は10月2日、間羽松公民館で特別養護老人ホームむらさき苑へ雑巾100枚を贈呈しました。

「にこにこサロン」は、お年寄りの笑顔が絶えない場所にしようと平成15年10月から始まり、毎月1回を基本に開催。むらさき苑や介護老人保健施設ふれんどリー岩泉(岩泉町)などの高齢者福祉施設に雑巾を贈る活動は、今回で15回目を数え、贈った雑巾は1,500枚に及びます。

サロン代表の瀬川美代子さんは「15回にわたり雑巾を贈る活動が続けることができ、皆さんに感謝したい。1回でも長く続けていきたい」と笑みを浮かべました。

盛内 ナミ さん

大正6年10月8日生まれ =秋葉=



家族とともに長寿を喜ぶ盛内ナミさん(中央)

盛内ナミさんの長寿祝い金贈呈式は10月13日、介護老人保健施設あしろ苑で行われ、家族や同施設の職員などが参加し、長寿を祝いました。

浅沢地区岩屋出身の盛内さんは荒屋新町へ嫁ぎ、水稲やたばこ、養蚕、酪農などを営んで、3人の子どもを育て上げました。

長寿の秘訣をご家族に伺うと「山に入ることが大好きで、山菜やきのこ、栗などを1年分採ってきては、調理して振る舞ったり、手先が器用で手芸や庭の手入れをしたりと、何でも楽しんで挑戦してきたことです」と笑顔で話してくれました。

西根第一中の伊藤夢希さんが意見発表 部活動で得た思いやる気持ちの大切さ



観衆の前で発表する伊藤夢希さん

第22回中学生による人権尊重に関する意見発表会は10月26日、栗石町中央公民館(野菊ホール)で開かれました。

盛岡広域の中学校10校からそれぞれ代表者1人が登壇し、栗石中の全校生徒など約500人の前で発表しました。

本市からは、伊藤夢希さん(西根第一中3年)が「ひとつ」と題し発表。伊藤さんはバスケットボール部キャプテンの重責から苛立ちや焦りが生まれ自己嫌悪に。しかし、相手を尊重し、思いやることに気付き、やがてメンバー一人一人がまとまり、ひとつのチームとなって試合に臨めた経験から「今後も思いやる気持ちを持って前に進みたい」と語りました。