

今月のニュース

地区報きらり

今年度最後の わんぱくキッズスクール

夏の猛暑で収穫は…

今年度最後のわんぱくキッズスクールが、8月8日(金)に地区交流センターで開催され、児童16人が参加し、5月に植えた野菜の収穫や今年度の事業の振り返りを行いました。

5月にはスイカ・じゃがいも・枝豆を植えました。今年の猛暑の影響からスイカと枝豆は思うように育たず、じゃがいものみの収穫になりました。そんな中でも、児童たちは服や顔を土で汚しながら一生懸命にじゃがいもを掘っていました。

その後、今年度の事業の振り返りをしながら、わんぱくキッズでの活動の思い出を絵に描き来年度やりたいことを話し合いました。閉校式では、遠藤校長から修了証を受け取ると「また来年も参加したい」と口々に話していました。

最後に、採れたてのじゃがいもで作ったフライドポテトを美味しく頬張りながらみんなで昼食を楽しみました。

来年も様々な活動を企画していきたいと思うので、是非参加をお待ちしています。



わんぱく農園での集合写真



みんなでじゃがいもの収穫をしている様子

花壇コンクール各賞決定

地区報きらり8月号でご案内した「花壇コンクール」の審査結果について次のような結果となりました。

審査結果

1 最優秀花壇賞

- ・JA女性部
- ・下洲島支部

2 準優秀花壇賞

- ・下吉田支部
- ・きらり理事
- ・ボランティア会

3 優秀花壇賞

- ・上吉田支部
- ・下平柳支部
- ・下尾長島支部

猛暑の続く中、管理にご協力いただき誠にありがとうございました。各賞の表彰については「吉島ふれあい祭」の開催行事で行います。

後日各支部連合会長様へご連絡いたします。



児童クラブきらりの児童対象に6年ぶりの「流しそうめん」が、8月20日(水)交流センター駐車場で開催されました。久しぶりの開催ということもあり、児童だけでなくセンター職員と児童クラブの支援員も楽しみにしていました。そうめん以外にも、ミニトマトや枝豆なども流れ、児童たちは箸で掴むのに苦戦しながらも夏の風物詩を楽しんでいました。

ひさしぶりの流しそうめん 夏の風物詩に心躍らせ…



流しそうめんを楽しむ児童たちの様子

地区の要望を町へ

重要案件について説明

その後の意見交換会では、遠藤委員長より重要案件の水害時に特に影響のある「万福寺川の築堤について」や、「尾長島工業団地の誘致について」等の要望について質問され、茂木町長よりは住みやすい町を目指してスピード感を持って進めていきたいと回答いただきました。

また、寒河江司議員と寒河江寿樹議員より、鬼面川及び誕生川の支障木による水害の影響についても意見が述べられました。併せて、改めて県、国への要望もしていただき継続的な対応をお願いしたい旨お伝えしました。



要望会の様子(川西町庁議室)

吉島地区要望請願等委員会が、8月19日(火)川西町役場の庁議室で開催されました。当日は茂木町長をはじめ、政策推進課、地域整備課、企画財政課の各課長・課長補佐が同席し、吉島からは遠藤勝則委員長、寒河江司議員、寒河江寿樹議員、鈴木規洋事務局長が出席しました。

今年度は新規要望10件、継続要望10件が吉島地区の各自治会から挙げられました。その中でも重要案件5件について鈴木事務局長より説明し、それぞれの案件に対して担当課長より説明をしていただきました。



要望書を手交する様子(左:茂木町長、右:遠藤委員長)

発行
吉島地区交流センター
特定非営利活動法人
きらりよしまネットワーク
〒999-0214
川西町大字吉田5886-1
TEL: 44-2840
FAX: 44-2841
HP:
<https://www.e-yoshijima.org>
代表メールアドレス:
kirari-npo@e-yoshijima.org



地区報の内容については十分確認しておりますが、文字の誤りやご不明な点等がありましたら、吉島地区交流センターまでお知らせください。よろしくお願いいたします。

きらりよしまネットワーク
公式LINE

吉島地区の情報をいつでもどこでもスマホで！

下のQRコードをお読みください

地域の防災力を高める

水害想定で訓練実施

吉島地区総合防災訓練が川西町の総合防災訓練に併せて、8月31日(日)に吉島地区交流センターを会場に開催されました。

今回の防災訓練は、「台風の影響で置賜地方に大雨・洪水警報が発令された」という水害を想定して行われ、吉島地区交流センターを本部として各種訓練が実施されました。

気象庁より警戒レベル3が発令後、吉島地区洪水対策本部を設置し、町対策本部とのネットワーク活用通信訓練や防災無線を利用した各自治会との地区内情報収集・伝達訓練、警戒レベル4発令後には避難誘導訓練や避難所炊き出し訓練が行われました。

各種訓練終了後に、地区防災士の秋山実沙希さん(東方)による災害対応の講話では、「水害時の防災対策」という演題で水害の日の頃の備えについて話され、須藤千映さん(西原)からは、災害ワークシヨップとして自分の防災意識や傾向を確認できるスタンプリーが行われました。



笑いヨガを体験している様子

笑って元気！笑いヨガ！ 笑う門には福来る

今年度初の開催となる、吉島地区ボランティア会全体の第1回いきいきサロンが、8月28日(木)に行われました。

今回は約30人の参加をいただき、講師に内山弘子さん(吉島地区出身・高畠町在住)をお招きして「笑いヨガ」を体験しました。

「笑いヨガ」とは笑いとヨガを組み合わせた健康法で、声を出して笑うことで免疫強化や抗ストレス、認知症予防にも効果が期待されているそうです。

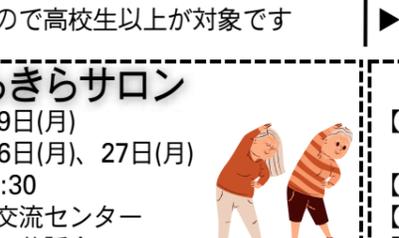
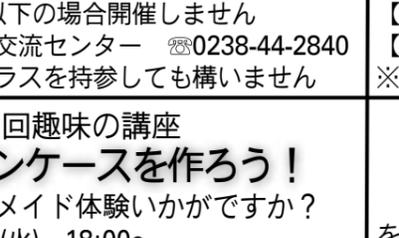
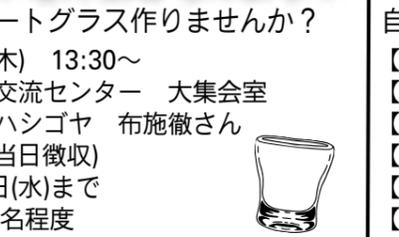
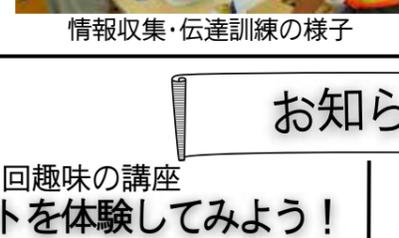
参加者の方も、最初は少し恥ずかしながらも、次第に楽しく笑いヨガを体験していました。笑いながら自然と笑いを誘っていました。

「笑う門には福来る」といいますが、笑うことは心身の健康にもとても良いことだそうですね。日常生活の中からたくさん声を出して笑うことで心身の健康はもちろんです。家庭や地域までもが元気になっていくのではないのでしょうか。

講話の中でもあった、「自助II自分の命は自分で守る」「互助II地域や職場で助け合い、被害拡大を防ぐ」という2つの視点が特に重要で、これらが「地域の防災力」に繋がります。

災害ワークシヨップでも自分の防災意識について客観的に分析することで新たな視点で防災について考えるきっかけとなりました。

現代には「備えなければ憂いあり」という言葉ができたそうですが、これは「準備をしなければいざという時に困難に直面する」という意味だそうですね。災害が起きた後に何かをするのではなく、いつ災害が起きても大丈夫なように日頃から防災について考え家族や地域内で共有しておきたいものです。



高齢者を対象にした「きらきらサロン」で、慶応義塾大学看護医療学部「ちよこ健」の学生による「フレイル予防」の遠隔講座が、9月1日(月)に開催されました。

まず「フレイル」とは「健康と要介護の中間の状態」のことで、それを予防するために必要な自分でできる対策について「ちよこ健」の学生からオンラインにて話していただきました。

主に予防のための3つの柱である「栄養・運動・社会参加」について詳しく対策を話していただき、栄養についてはいつもの食事には足りない栄養を摂取したり、運動についてはスクワットやつま先立ちの体操をすることで筋力の低下を防いだり、社会参加について

遠隔講座で「フレイル予防」 健康で長生きする秘訣！



「フレイル予防」で体操をしている様子

「フレイル」とは「健康と要介護の中間の状態」のことで、それを予防するために必要な自分でできる対策について「ちよこ健」の学生からオンラインにて話していただきました。

主に予防のための3つの柱である「栄養・運動・社会参加」について詳しく対策を話していただき、栄養についてはいつもの食事には足りない栄養を摂取したり、運動についてはスクワットやつま先立ちの体操をすることで筋力の低下を防いだり、社会参加について

お知らせ

第2回趣味の講座
サンドブラストを体験してみよう！
世界に一つのアートグラス作りませんか？

【日時】10月9日(木) 13:30～
【場所】吉島地区交流センター 大集会室
【講師】砂吹工房ハシゴヤ 布施徹さん
【参加費】1,500円(当日徴収)
【申込締切】10月1日(水)まで
【募集人数】15～20名程度
※5人以下の場合開催しません
【応募先】吉島地区交流センター ☎0238-44-2840
【その他】自分のグラスを持参しても構いません

男の料理教室
簡単にできるお酒のアテ
自分で作ったお酒のアテで一杯いかがですか？

【日時】10月16日(木) 14:00～
【場所】吉島地区交流センター 調理室
【講師】島貫魚店 島貫義弘さん(東方)
【参加費】500円(材料代 当日徴収)
【申込締切】10月8日(水)まで
【募集人数】15名
【応募先】吉島地区交流センター ☎0238-44-2840
【持ち物】エプロン、バンダナ
※会食はありませんのでお家でお召上がりください

第3回趣味の講座
牛革でコインケースを作ろう！
革細工のハンドメイド体験いかがですか？

【日時】10月21日(火) 18:00～
【場所】吉島地区交流センター 大集会室
【講師】手作革工房AB 安部豊さん
【参加費】1,500円(材料代 当日徴収)
【申込締切】10月10日(金)まで
【募集人数】15～20名程度
※5人以下の場合開催しません
【応募先】吉島地区交流センター ☎0238-44-2840
【その他】針を使うので高校生以上が対象です

川西町健康子育て課よりお知らせ
ちょっとした習慣で健康生活！
町では「第3次川西町健康増進・食育推進計画」を策定しました。毎日を健康に過ごすために、みなさんに取り組んでいただきたいポイントを毎月ご紹介していきます。(計画の詳細、概要版は町ホームページをご覧ください)

栄養・食生活のポイント

- ▶ 朝食・昼食・夕食、一日3食を食べる
- ▶ 主食、主菜、副菜を組み合わせ合わせたバランスのよい食事をとる
- ▶ 日ごろから体重を測り、適正体重を維持する

きらきらサロン
【開催予定日】9月29日(月)
10月6日(月)、27日(月)
【時間】9:30～11:30
【場所】吉島地区交流センター
【内容】百歳体操、茶話会

ラージボール卓球
【開催予定日】9月19日(金)
10月10日(金)、17日(金)
【時間】13:00～16:00
【場所】吉島地区交流センター
【その他】その他開催日を設定します

編集後記

猛暑の夏が過ぎ、秋を感じる季節になってきました。

今号から「地区報きらり」を担当することになりました。事務局員の齋藤です。前任者の鈴木君の跡を継ぎ、皆様に楽しんで読んでいただけたらと思います。

今回久しぶりの流しそうめんを作りましたが、児童クラブOBで現在大学生の子がボランティアとして参加してくれました。その姿を見て、私自身地域に育っていただいた者としては、こうして何年も経っても地域に関わってくれる事はとても嬉しく頼もしいことだと思いました。これからもそんな地域であり続けられるように頑張っていきたいと思っています。

奏