

防災への決意固める出初式

消防団員ら1,275人が堂々と行進

一関市消防出初式は1月15日、市総合防災センター前などで行われ、市消防団員と婦人消防協力隊員らが本年の防災への決意を新たにしました。

市消防団大森忠雄団長を先頭に、大町通りを行進。団員らは引き締まった表情で統監の勝部修市長に敬礼しました。今年、修紅短大附属認定こども園と一関幼稚園の園児48人も分列行進に参加。消防団と共に防災への意識を強めました。

息子の光大くん(3つ)と一緒に分列行進を見学した高谷のぞみさん(28)は「日頃から火の始末などに気を配っています。今後も日頃からできる防災活動を行いたい」と話していました。



一関一高の生徒2人が市長と懇談

ILC実現に向け「高校生も力になりたい」

一関一高3年の浅利寛喜さんと金野遼大さんは1月16日、市役所を訪れ、勝部修市長と国際リニアコライダー(ILC)について懇談しました。

医師を志す浅利さんは「ILCは東北や岩手の発展の鍵。ぜひ呼びたい。自分たちも力になりたい」とILCの実現を熱望。東北大理学部に進学する金野さんは「素粒子物理学の研究者になるのが夢。できればILCで働きたい」と目標を語りました。勝部市長は「ILCを自ら呼び寄せようという姿勢が心強い」と応じ、今後も高校生と意見交換を続けることを約束しました。



6団体が神楽、田植え踊りやお囃子などを披露

縄文ホールで「子ども郷土芸能発表会」

「第35回藤沢町子ども郷土芸能発表会」は1月8日、藤沢文化センターの縄文ホールで開かれ、黄海源大鶏舞伝承会▶大籠南部神楽保存会▶本郷神楽保存会▶増沢神楽保存会▶藤沢ばやし保存会▶徳田田植え踊り保存会の一の6団体が7演目に出演し、伝承活動の成果を発表しました。

冬休み中などに学び、技を磨いてきた園児、児童、生徒86人が、躍動感あふれる舞いや息のあった演奏を披露。元気いっぱいの舞台に会場から盛んな拍手が送られていました。この日はJスタッフ協議会から舞台の「いろは」を学んだ5人のJキッズが照明や場内アナウンスを担当。裏方として晴れ舞台を支えました。



寒さに負けず初めてのスキー楽しむ

健康の森で「チャレンジスキー教室」

蔵美町のいちのせき健康の森が主催する「チャレンジスキー教室」は1月7日と14日に行われ、市内の小学生がスキー技術を磨きました。スキー経験のない小学生が対象で2日目の14日には5人が参加。市スキー協会の講師からスキー板の履き方と歩き方などを教わった後、ゲレンデを滑りました。

最初は恐る恐る滑っていた参加者も、徐々にスピードに慣れ、初めてのスキーを楽しんでいました。

兄の遼君(萩荘小5年)と参加した和賀さくらさん(同3年)は「止まるところが難しい。急なところもうまく滑れるようになってほしい」と息を弾ませていました。

■両親学級(トリス)
◇日時・内容: ①3月7日(火)9時30分~13時 保健師講話・栄養士講話・調理実習 ②3月18日(土)9時30分~11時50分・助産師講話、もくろみ実習、妊婦シミュレーター体験◇場所: 一関保健センター◇対象: 市内在住の妊婦とその家族◇費用: 300円 *①だけ◇定員: それぞれ先着12組◇申し込み: 2月23日(木)まで
●子育て支援課(一関保健センター内)

■乳がん検診を実施します
◇日時: 2月12日(日)9時30分~11時、13時30分~14時30分◇場所: 一関保健センター◇対象: 40歳以上の女性 *27年度乳がん検診を受診した人を除く◇持ち物: 受診票、自己負担金1200円(年齢などの条件により無料)◇その他: 受診票が手元がない人は問い合わせてください
●健康づくり課(一関保健センター内)

■もぐもぐ離乳食教室(レモン)
◇日時: 2月14日(火)◇時間: 9時30分~12時30分◇会場: 一関保健センター◇対象: 28年5月~9月生まれの子供の保護者◇内容: 栄養士・保健師の講話など◇定員: 申し込み: 先着親子12組・2月7日(日)
●子育て支援課(一関保健センター内)

健康塾 オーラル・フレイル

文・熊谷歯科医院 熊谷博伸院長

「人は口から老いる」ということはご存知でしょうか。

「オーラル・フレイル」とは、お口の中の衰えです。食べこぼし、噛めない食品が増える、口が乾くなどの症状が現れます。そしてそれは、見逃しやすく、気が付かないうちに進んでしまいます。

予防するには、歯周病や虫歯などで歯を失った際には適切な処置を受けることはもちろん、定期的にかかりつけの歯科医師に診てもらうことが重要になります。適切な対応をとることにより、再び健康に近づくことができます。

一関歯科医師会は「8020運動」に「オーラル・フレイル」という新たな考え方を加え、皆さんの健康長寿をサポートします。

2月の4歳5歳歯科健康診査

2月中に市内の契約歯科医療機関で受診してください。対象者には1月末に受診券を郵送しています。体調不良などで2月中に受診できない場合は下記へ連絡してください。

健診名	対象者
4歳歯科健診	24年8月生まれ
5歳歯科健診	23年8月生まれ

●子育て支援課(一関保健センター内)

3月のこころの健康相談(電話)

臨床心理士が無料で相談に応じます。

日	場所	時間	定員
6月	一関保健センター	10:00~12:00	4
		13:30~15:30	
13月	大東保健センター 東山支所	10:00~12:00	2
		13:30~15:30	

●健康づくり課(一関保健センター内) または各支所保健福祉課



元気のひみつ Voice

Kumagai Kiichi

熊谷喜一さん
千厩町千厩 86歳

歩くことが健康の基本

「千厩歩こう会」の会長を務めています。今でも毎月参加し、会員と一緒に市内外を歩きます。10キロ程度のコースをみんなで歩くのは楽しいです。若いころからジョギングが好きで、還暦を過ぎたころからウォーキングを始めました。それから26年、毎朝20分歩く習慣が健康につながっているのだと感じています。

また、ゴールド合唱団に20年以上所属し、病院などで歌っています。昨年12月に行われた千厩病院でのコンサートでは、新井満さんが作詞作曲した「この町で」を熱唱しました。涙を流しながら聞いてくれる患者さんもいて「合唱を続けてきてよかったな」と思いました。歩くこと、声を出して歌うこと、食べること。好きで続けてきたことが健康を保つ秘けつになっています。

2月の献血カレンダー

日	献血会場	時間
5日	イオンスーパーセンター一関店	10:00~12:00
		13:30~16:30
6日	藤沢保健センター	13:30~16:30
7日	社会福祉法人つくし会 特別養護老人ホーム関生園	9:30~11:00
	ニッソーハイ(株)東北事業所	12:00~13:00
26日	イオン一関店	10:00~12:00
		13:30~16:30
27日	JALいわて平泉千厩支店	9:30~10:30
	インテグラン(株)岩手工場 (株)マイヤ千厩店	11:30~13:00 14:30~16:30
28日	(株)伸原工業所 東北工場	9:30~10:30
	市役所川崎支所 (株)業王堂 岩手川崎店	11:30~13:00 14:30~16:00

*天候などにより、時間や会場が変更になる場合があります

●健康づくり課(一関保健センター内)