



市民センターの稲も順調に育っています

## 千厩地域シャフルボード大会に5チーム出場

第17回一関市千厩地域シャフルボード大会が、6月29日(土)に千厩体育館で開催され、18チームが参加して予選リーグ及び決勝トーナメントが行われました。

磐清水からは仏坂自治会から3チーム、濁沼自治会から2チームが参加し全てのチームが予選を突破して決勝トーナメントに進みました。その結果、濁沼自治会男子が第3位、濁沼自治会女子が敢闘賞(第4位)でした。シャフルボードをするのが初めてという参加者もいましたが、教え合いながら和やかにゲームを楽しみました。



## 寺沢自治会女性部ボランティア

寺沢自治会女性部では6月26日(水)に千厩寿慶会特養「五訓の森」でボランティアを行いました。ボランティア活動は毎年行われています。

今回は花壇の準備を行ないました。敷地内の小高い丘で草取りを行い、すぐに花苗が植えられるように整えました。



## 寺沢長生会で草刈り作業

寺沢長生会では6月9日(日)に農村公園の草刈りを行いました。当日は自治協議会の環境美化作業もあり、朝から引き続きの作業の方もいました。参加者全員の協力で広い敷地が綺麗になりました。



## 仏坂まごころ花壇 咲きそろいました

仏坂自治会では、6月9日(日)、「仏坂まごころ花壇」に花苗1,100本の植え付けを行いました。

今年のテーマは「がんばれ!能登」です。その後、植え付けから約1カ月、花壇は本当に能登を応援するかのようになり綺麗に咲き揃いました。青と白のサルビアで日本海を、マリーゴールドで能登半島を模



って、一番手前には真っ赤なベゴニアで「ガンバレ!ノト」と描かれています。是非、ご覧下さい。

## 仏坂 まごころサロン

仏坂のまごころサロンでは7月12日(金)に防災ずきん作りを行いました。12人が集まり、それぞれ持ってきた布を使い教え合いながら作っていきます。その後は「千厩音頭健康長寿体操」や、脳トレを行ないました。この日は笑いヨガも取り入れてみました。「ほっほっ、はっはっはー!」と腹筋を使い「笑う」事によって、心身ともに健やかにいられるとの事でした。



防災ずきんで扇風機もめんこくなりました

## 濁沼自治会で資源回収と消防訓練を行いました

濁沼自治会では7月14日(日)、今年度2回目の資源回収を行いました。午前8時半に役員15人が集合、空き缶や新聞紙など種類ごとに確認しながら袋に入れました。分別もしっかりされるようになってきましたが、中にはアルミ缶にスチール缶が入った袋や、ビニールコーティングされたペットのエサ袋を紙として出されているものもあり、役員が磁石などで再分別を行いました。今回は段ボール類とアルミ缶の量が多かったと感想が出されました。次回は秋に回収が行われる予定です。



資源回収終了後、引き続き消防計画に基づく消防訓練を行いました。今回は総合訓練として、消防署への通報訓練、初期消火訓練を行いました。通報訓練では予め消防署に報告した番号のスマホから119番通報。「訓練通報、火事です。場所は・・・、けが人の有無は・・・。」と、火災の状況や場所などを通報しました。初期消火訓練では、水消火器を使って消火器の使い方を練習、火災が起きた時の対応手順などを参加者で確認しました。

## 濁沼営農組合さなぶい会

濁沼営農組合(菅原則男組合長)では、6月29日(土)金ヶ崎町の永岡温泉夢の湯でさなぶり会を行いました。参加者は22人、塩分の多い天然温泉を楽しみながら、ゆっくりと農作業の疲れを癒しました。



## 寺沢自治会女性部研修

寺沢自治会女性部は6月21日(金)に大東町中川(京津畑)の「やまあい工房」さんをお迎えして研修を行ないました。

当日はやまあい工房のお二人から、工房の始まりや今までの苦労話、この先のことなどをお話し頂きました。その後は、美味しいお弁当を食べながら、山菜や野草の活用方法などで会話が弾みました。



## 濁沼自治会健康教室～料理教室～



濁沼自治会健康福祉部では、自治会女性部、JA女性部磐清水支部と共催で料理教室を開きました。

食生活改善推進員が中心になって減塩料理「小松菜とじゃこのご飯」「おいしく食べる具たくさん適塩汁」「白和え」「牛乳寒天」を作りました。

みんな手早く料理し、ゆっくり会食をしました。塩分濃度は0.8%でしたが、どれもおいしくいただきました。

### ◆お知らせ◆1

磐清水自治協議会では9月8日(日)の朝6時より秋の環境美化作業を行ないます。皆様のご協力をお願いいたします

### ◆お知らせ◆2

今月の磐清水探検隊が行く!は書面の都合によりお休みしました。

## 千厩地域老人スポーツ大会



磐清水長生会協議会では、7月3日(水)に「第50回記念千厩地域老人スポーツ大会」に選手19人で参加しました。競技はポッチャで町内の各地区から2チームずつ3試合をこなすハードスケジュールでしたが、体調不調の方もなく終了することが出来ました。結果は惜しくも敢闘賞でしたが、仏坂の伊藤君男さん(91歳)が「参加選手最高齢特別賞」を受賞しました。おめでとうございます!