

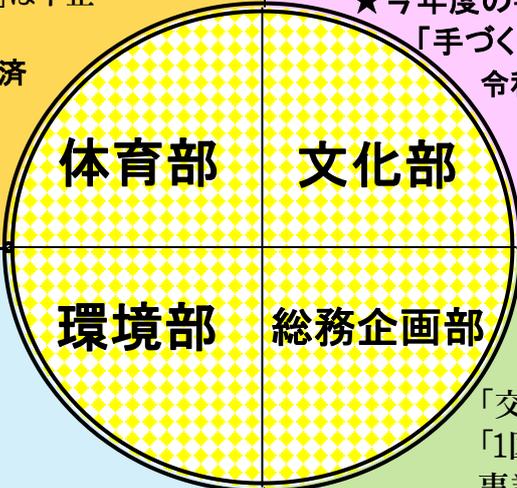
豊かな自然と伝統文化の郷 よねかわ

米川新聞

発行元: 米川地域振興会(米川公民館内)
発行日: 2022年7月1日 第135号
住所: 登米市東和町米川字四十田25-1
電話: 0220-53-4155
FAX: 0220-23-9030
E-mail: yonekawa.kou@chime.ocn.ne.jp



米川地域振興会4部会活動報告



部会長 10区 佐藤正行さん
副部会長 3区 佐藤嘉明さん
 ☆昨年度の事業
 「グラウンド・ゴルフ大会」「ユニカル大会」は実施
 「ソフトボール大会」「市民運動会」は中止
 ★今年度の事業予定
 「グラウンド・ゴルフ大会」は実施済
 「ソフトボール大会」「市民運動会」を実施するかどうかは7月上旬の体育部会で決定します

部会長 10区 小野寺公一さん
副部会長 2区 沼倉祐之さん
 ☆昨年度の事業
 「手づくり文化祭」は中止となりました
 ★今年度の事業予定
 「手づくり文化祭」は規模を縮小して
 令和4年10月23日(日) 9時30分
 実施予定
 米川公民館 多目的ホールにて

部会長 1区 及川秀夫さん
副部会長 8区 及川幸男さん
 ☆昨年度の事業
 「花いっぱい運動」を実施
 「空き家勉強会」に参加
 ★今年度の事業予定
 「花いっぱい運動」(実施済)
 「防災講座」 明治安田生命を講師に
 令和4年7月28日(木) 19時~20時
 米川公民館にて

部会長 8区 菅原志恵さん
副部会長 2区 工藤輝雄さん
 ☆昨年度の事業
 「交通安全のぼり旗設置」
 「1区町裏ため池ロープ設置」
 事業を実施しました
 ★今年度の事業計画
 「後藤寿庵の副読本」を製作します
 米川ガイドの会に製作を依頼して その後
 自由参加で勉強会を実施予定

6月13日(月)、米川公民館で新型コロナウイルス感染症拡大のため中止となっていた米川長生大学開講式並びに学習会を3年ぶりに開催しました。40名以上の参加がありました。開講式終了後早速第一回学習会の流れとなり、今年度は佐沼にある医療法人社団「シヨン」から菅野喜久子看護師を講師に招き「最高の人生の過ごし方」と題し講演を頂きました。健康な状態と要介護の中間の段階を「フレイル(虚弱)といい、フレイル



米川長生大学開講式並びに第一回学習会



を構成する3つの要素があります。

- ① 身体的な衰えー筋肉量の低下、□腔機能の低下
- ② 心理的な衰えー認知機能の低下、うつ病
- ③ 社会性の衰えー人との交流つなかりが減少

フレイルを予防・改善するには**運動・栄養・社会参加**が不可欠です。

また命の危険が迫った状態になると約70%の方が医療やケアなどを自分で決めたり、望みを人に伝えたりすることが難しくなるので「人生会議」をしておくことが大事です。

