

シルバー情報紙
北永井1区・2区・3区

北ひふみ

♥♥手と手をつないで元気になろう♥♥

第 47 号
平成 29 年 9 月 1 日発行
北永井地区
社会福祉協議会

「趣味に生きる」

第3回 菅原 洋子さん



今回は北永井二区にお住いの菅原洋子さんをお訪ねしました。ご主人は皆様よく御存じの、「三芳スケツト」の会長をされている菅原力さんです。



菅原 洋子さん

8月7日、10時にお宅を訪問しました。ご主人共々迎えて頂き、お話を聞くことが出来ました。奥

様の洋子さんは、現役時代は保険会社にお勤めのバリバリのキャリアウーマンとして活躍されていたそうです。もともと、お花が大好きで、特にバラの花がお好きだったそうです。そういえば、入口の門の所に見事なバラのアーチが出来上がっていました。特にプリザーブドフラワーのアレンジをされていたということでした。その現役時代に培った多くの人脈が、退職されてからの活動に大きく役立っているそうです。退職されてからご主人のご協力を得て、ギャラリー&カフェ「こもれび」を始めたそうです。

『こもれび その1』

Cafe

10年ほど前から、年1〜2回5月ごろにギャラリーを開いてきたそうです。絵画、陶器、手作り

の小物など、特に絵画はプロの方々の作品も並ぶそうです。



カフェはコーヒーを中心に、毎週金曜日に開いているとのこと。店舗の内装はご主人と息子さんが奥様の指揮のもとに手がけたそうです。とても感じの良いたたずまいのお店でした。また、イタリアかスペイン風のお庭の造作もご主人との合作だそうです。



ぜひ皆さんも一度お出かけになったら思いました。

『続く』

【幾つになっても美味しく食べられるように】



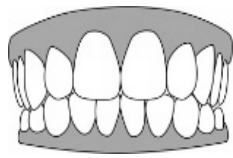
「食欲の秋」とは、旬の食材が豊富で、食欲がそそられ、食べる楽しみこそが醍醐味だといつ

た意味合いから生まれたそうです。ところがせっかくのご馳走も「歯が痛い」「歯茎が腫れて食べられない」では秋の楽しみが半減します。そこで平素からお口の中をしっかりと手入れすることが大切です。今回はユナイトみよし歯科の柴田剛之先生に口内のお手入れについて話を伺って来ました。

(第1回)

厚生労働省と日本歯科医師会が推進しているものに、『8020運動』というものがあります。これは「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」という運動

です。歯が 20 本あれば、ほとんどの食事が不自由なく食べることが出来ると言われています。つまり、「8020」の達成は、幸せな食事・幸せな生活に繋がるといことです。この運動が始まった当初（平成元年）の達成率はわずか 7% でしたが、平成 23 年の調査では 38.3% にまで上昇しているそうです。さらにこの達成率を上げて行くために、まずは皆様、気軽に相談に乗ってくれたり指導をしてくれる「かかりつけ歯科医」を持って、現在のご自身のお口の状態をよく知ってください。



その上で適切な治療や指導を受け、残っている歯を大切にしましょう。

さらに、ご自身の食生活や自宅での歯磨き習慣などの改善が必要になります。歯に痛みや不調が無くても気軽に歯科医院を受診すると、何か見わかります。この運動の達成には、やはり日頃の予防活動につきる様です。

『続く』

地域の夏祭り

北永井二区の夏祭りが 7 月 30 日に行われました。



11 もの店が並び、人気店には長蛇の列、子ども達を楽しませるイベントも多く、紙飛行機飛ばし、ガリガリ君アイスの早食い競争、すいか割り等行われていました。地区社協の店は、今年も揚げパンで、500 個作

ったパンがリピーターも多く、早々に完売となりました。また、北永井二区は、8 月 5 日に、こども広場で行われました。12 の店が並び、午後 4 時からの開始で開店と共に人がどんどん集まり、盆踊り、北三太鼓の演奏と盛り上がりつつありました。三区の祭りに地区社協も初めて出店しました。販売品はポップコーンと、寄付して頂いた手作り小物。テントの傍では、寄付して頂いたカブトムシのつがいとクワガタを、くじを引いてもらい、



当たった方にプレゼントするコーナーもありました。

◇ 行事のお知らせ ◇

◆おはなばたけ会食会

9 月 21 日(木) 10 月 19 日(木)
時間… 11 時～13 時
場所… 北永井 2 区集会所
参加費… 400 円
対象… 65 歳以上の一人暮らし

※ 10 月はバス旅行の予定です。

◆ふれあいサロン北永井 2 区

9 月 28 日(木) 10 月 26 日(木)
時間… 13 時 30 分～15 時 30 分
場所… 北永井 2 区集会所
参加費… 100 円
対象… どなたでも

◆健やかいもっこ体操

9 月 20 日(水) 10 月 18 日(水)
時間… 10 時～11 時 30 分
場所… 北永井 2 区集会所
参加費… 無料
対象… どなたでも
申込… ☎ 258-3200 (桐山)

◆ふれあいサロンふるさと

9 月 20 日(水) 10 月 18 日(水)
時間… 11 時 30 分～14 時 30 分
場所… 北永井 2 区集会所
参加費… 200 円
対象… どなたでも

◆みよしいもっこ体操

9 月 5 日(火) 10 月 3 日(火)
時間… 13 時 30 分～15 時 30 分
場所… 北永井 3 区集会所
参加費… 無料
対象… どなたでも

申込… ☎ 090-3876-8098 (小野)

◆すみれサロン

9 月 14 日(木) 10 月 12 日(木)
時間… 10 時～12 時
場所… 北永井 3 区集会所
参加費… 100 円
対象… どなたでも
申込… ☎ 258-5169 (曾我)

あとがき

今年の夏は暑さが早くから来て、雨の時は局地的な大降りとなり、被害が各地で出て大変でした。ほんとうに異常気象を感じました。気を付けて過ごしましょう。

編集員 ノモちゃん