

湯本振興センターだより

平成26年8月1日 第96号

湯本振興センター事務局 ☎・FAX 27-2053

認知症ってどんな病気？ - 寿大学 -

7月15日、寿大学「認知症講座」を開催しました。花巻市長寿福祉課、花巻西地域包括支援センター職員を講師に、身近な病気である「認知症」について学びました。花巻市の高齢化率（人口に対し65歳以上の方が占める割合）は、3月末現在 30.4%、湯本地区は32.57%と年々上昇しています。以下、内容の一部をご紹介します。

【認知症の予防法】①食事は魚・野菜を多めにとる。②1日30分以上の運動 ③趣味・レクリエーションを楽しむ。④社会活動に参加する。

【認知症の方への接し方】認知症になってもその人の心は生きている。不安を感じながら今を生きている。これまで過ごしてきた時間、その人らしさを大切に、温かく見守る。「驚かせない」「急がせない」「自尊心を傷つけない」こと。

【認知症の方への支援】日常生活に支障をきたす場合は、介護保険サービスや、日常的な金銭管理を手助けする支援事業等を利用。
※認知症に関するご相談、介護保険サービスのお問い合わせは、花巻西地域包括支援センター（☎29-4873）までどうぞ。

湯本地区敬老会 開催

— 花巻市社会福祉協議会（☎24-7222）—
下記の日程により、湯本地区敬老会が開催されます。今回、ご招待される方は1,288名、そのなかで米寿を迎えられる方は57名いらっしゃいます。今後も、ますますお元気でご活躍されるよう、当日は各団体による盛大なお祝いを予定しております。

◇日時 8月22日（金）午前10時～午後1時

◇場所 花巻温泉 ホテル千秋閣



こころも体もリラックスしませんか ～こころの健康づくり講座 タッピングタッチ～

タッピングタッチとは、肩たたきやマッサージとは異なり、体に優しくタッチするだけの心身回復法です。どなたでも簡単に、楽しくできます。ゆったりとした気持ちになり、体が軽くなりますよ！

- 日時 平成26年8月5日（火）午前10時～11時30分
- 会場 湯本振興センター 2階和室
- 内容 健康講話・実技
- 講師 (株)ドリームランド 釜澤 俊一 さん
- 持ち物 タオルまたは手ぬぐい
- 受講料 無料
- 申込み 下記へお電話で申込みください。



【お問い合わせ・申込み】花巻市 健康づくり課（☎23-3121）

★ 胃がん検診のお知らせ ★

▽受付時間 午前6時30分～午前8時30分

▽検診料 1,500円

▽注意事項 検査前夜は飲酒せず、夕食は午後8時頃までに済ませること。当日は、検査が終わるまで飲食せず、タバコも吸わないこと。



※申込者には受診票を送付しますので受診の際に必ず持参ください。

検診日	検診会場	対象行政区
8/18（月）	湯本振興センター	糠塚・北湯口の一・北湯口の大畑・金矢
8/25（月）	上湯本台一公民館	上湯本台一・上湯本台二 花巻温泉・台温泉
9/2（火）	湯本振興センター	二枚橋・下湯本・宇津野
	棚ノ目集落センター	狼沢・棚ノ目・小瀬川
9/4（木）	二枚橋町会館	二枚橋駅前

【お問い合わせ】花巻市 健康づくり課（☎23-3121）

8月の講座

☆ 夏休みこども料理教室

- ▽ 日 程 6日(水)
- ▽ 時 間 午前10時～12時30分頃
- ▽ 場 所 湯本振興センター 調理室
- ▽ 持ち物 米0.5合・エプロン・三角巾
- ※ 申込受付は締め切りました。



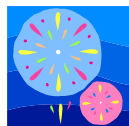
7月に開催した親子陶芸教室
どんな作品に焼き上がるかな？

☆ 書道教室

- ▽ 日 程 21日(木) ※8月は1回
- ▽ 時 間 午後3時～5時頃
- ▽ 場 所 湯本振興センター 2階和室
- ▽ 持ち物 習字用具・半紙・ふきん

☆ 陶芸教室の作品は8月11日(月)午後以降の引渡しになります。

8月のサークル活動



- ♪ 織姫(さき織り) 毎週月曜日～金曜日
- ♪ 湯本愛きゅう会 毎週月曜日～金曜日
- ♪ 布絵同好会 21日(木)・25日(月) 10:00～
- ♪ 湯本卓球の会 4・11・18・25日(月) 9:30～(社会体育館)

《布絵同好会 会員募集》毎月2回(原則第2・第4木曜日)活動中。
切り取った古布を、その色・柄・模様を生かして台紙に貼ります。
古布が味わいのある、暖かな風合いの絵画に生まれ変わります。



移動図書館車(ざんが号) 運行日程

日 程	時 間	場 所
8月8日(金)	9:20～ 9:50	農協旧柵ノ目支店前
	10:05～10:35	花巻温泉病院前
	10:50～11:20	花巻温泉バスターミナル前
	14:15～14:45	農協湯本支店前
8月28日(木)	13:30～14:00	JR 花巻空港駅前

【お問い合わせ】 花巻図書館 (☎23-5334)



花巻温泉駐在所(☎ 27-2250)からのお知らせ 夏の交通事故防止県民運動8月1日～10日

- ◆暑さなどによる過労運転の防止・こまめな休憩と運転交代
 - ◆夏休み中の子供の事故防止・学校・公園付近では飛び出しに注意
 - ◆シートベルト・チャイルドシートの着用徹底・発進前に、全員の着用を確認
 - ◆飲酒運転の根絶・大事故につながる飲酒運転「しない・させない」
- ドライバー・歩行者の皆さん、慣れた道路こそ油断大敵！
道路を横断するときや、交差点では安全確認を徹底しましょう！
〈警察官B採用試験： 申込受付期間 8月4日(月)～8月29日(金)〉

《有害獣対策 電気柵設置を検討されている方へ》

花巻市ではクマ等による農作物被害防止用電気柵を設置予定の方に対し、費用の一部助成を行っています。事前に下記までご相談を。
【お問い合わせ】 花巻市 農村林務課(☎ 24-2111 内線6-277)

振興センターの冷房使用について

- ① エアコンを使用する場合は、事前に管理者の許可を得る。
- ② 設定温度は28℃とし、使用後は必ず停止を確認する。
- ③ 使用料は退館の際に事務室へ現金で納付する。(お釣りのないようお願いします。)夜間または土曜・日曜・祝日に使用した場合は、翌日または直後の平日に速やかに納付する。

冷房使用料(1時間あたり)：1階 会議室 120円
2階 和室 180円



にこにこくらぶであそぼう

ゆもと幼稚園の「にこにこくらぶ」で園児といっしょに遊びませんか。水着とタオルがあれば水遊びもできますよ！参加無料、申込不要です。親子でお気軽にいらしてください。

- ☆ 日 程 8月6日(水)・27日(水) 9:45～11:00
- ☆ 場 所 ゆもと幼稚園(☎ 27-3216)
- ☆ 対 象 未就園児の親子(年齢は問いません。)

