

ふれあいセンター

老人のつどい開催

3月1日、「第34回妹背牛町老人の集い」(主催：町老人クラブ連合会)が老人福祉センターにおいて開催されました。悪天候の中、会員らおよそ60名が出席しました。同連合会の活動



報告や発表の場として毎年開催されており、荒井一隆会長より「27年度最後の行事。活動発表を通し、親睦を深めてほし

い」と挨拶。町老人福祉功労者表彰として佐々木富美子さん、故森初雄さんに表彰状が贈られました。その後、「白百合琴の会」による大正琴の演奏や、その演奏に合わせて荒井会長の歌声も披露され、会場は楽しい雰囲気。午後からは日頃から練習を重ねてきた、カラオケやダンスなどの発表をして今年度の事業を締めくくりました。

寒さに負けずヨーイ・ドン

2月23日、保育所グラウンドで雪中運動会が行われました。雪が降る中、開会式では「エイ・エイ・オー」と子ども達の元気な掛け声。その後、行われた徒競走では、雪に足を取られて転ぶ子もいましたが、楽しそうに雪の中



を駆け回っていました。

また、年長組さんが、年少組の小さな子供たちをそりに乗せて走る光景は、なんとも微笑ましいものでした。最後は、お楽しみ「宝探し」で雪をかき分けていくと、中からはおやつのお宝。雪にも寒さにも負けず、元気いっぱい運動会を楽しんでいました。

美味しい豆腐でお元気に

JA北いぶき女性部妹背牛支部(佐藤みゆき会長)の手作り豆腐が、町内で75歳以上の一人暮らしの方に配布されました。女性部の役員が改選で人員も12名から8名になり、新メンバーでの初めての豆腐作りは、朝7:00から作業を開始。旧役員の協力もあり、美味しい豆腐180丁が出来上がりました。

出発式では「豆腐の配布を通して、高齢者の見守りの役割を担うことができればと思う」と佐藤会長より挨拶がなされ、町民生児委員が協力し、雪がちらつく中、数班に分かれて町内や農家地区のお年寄りのお宅へ豆腐を届けました。豆腐を受け取ったお年寄りは「美味しい豆腐をありがとう」と笑顔を見せました。



世界を目指して

第9回日本ミックスタブルスカーリング選手権（日本カーリング協会主催）が、町カーリングホールにおいて、2月24日から開催されました。全国の予選を勝ち抜いた16組32名が出場し、氷上での熱い戦いが繰り広げられました。2018年平昌冬季オリンピックから正式種目となるミックスタブルスカーリングは男女ペアの2名で構成されるチームで、1エンド5個ずつのストーンを投じて勝敗を競います。今大会は「北海道大学」チーム（荒木・蒔苗ペア）が見事初優勝を果たしました。同チームは日本代表としてスウェーデンで開かれる世界選手権に出場されます。



日頃のご愛顧に感謝



「妹背牛温泉ペペル樽祭り」が2月19日ペペル温泉宴会場で催され、町民らおよそ100名が飲み放題の宴を楽しみました。

会場には、ビールのほか日本酒、ワインなどが用意され、それぞれ好みのお酒を堪能していました。

また、から揚げやお寿司、おつまみなどの販売もあり、来場者たちはお酒を片手に楽しそうに談笑していました。会の後半には空くじなしのビンゴゲームが行われ、番号が呼ばれるたびに歓声があがり、会場は盛り上がりを見せていました。

頭も体もトレーニング

2月29日、わかち愛ひろばにおいて、わかち愛もせうし事業（NPO法人わかち愛もせし主催）の、「介護予防のための運動」が札幌より健康運動指導士の先生を招いて行われました。悪天候の中、70代～90代の21名の方が参加され、「体の健康はもちろんですが、80代では4人に1人が認知症と言う時代。頭の健康も大切」と言う先生のお話を興味深く聞いていました。その後は、頭も体も使う運動を、楽しい会話を交えながら、ゲーム形式で楽しみました。これからも運動・講話等予定しておりますので参加希望の方は、町地域包括支援センター（保健センター内）☎32-2411（内線194・195）までお問い合わせ下さい。



ぽつちやり返上

昨年、12月4日よりスタートした「だつポチャレンジ」事業。3ヶ月に渡り、無理なく健康的にできるダイエットを実践してきました。運動面、栄養面の両面からダイエットを考え、色々な運動に加え、栄養指導なども盛り込まれた内容でした。一番体重が落ちた方で、-4.6kg、腹囲が-8.5cm。平均にしてみると体重が-1.7kg、腹囲が-2.6cmという成果がありました。参加された方々からは、「このチャレンジが終わっても、続けていきたい」と意欲的なお話や「仲間がいたから最後まで続けられました」と、皆さんの共通した感想で、同じ目標に向かって頑張る「仲間」の存在は精神的なサポートをしてくれ続ける力になっていました。

