まつなみ新聞

[第 359 号]平成 29 年 10 月 20 日発行

町民大運動会開催

９月２４日晴天下で、町内運動会が鯖石川改修公園で開催され、３２０名の町民が参加し、熱戦を繰り広げました。

当日は、松波保育園の遊戯から始まり、個人種目のパン食い競争へ進みました。競技が進んでいく中で、参加者よりパンの数が少ないという珍事があり、競技役員は冷や汗をかいていました。

また、対抗競技の防災レースでは、２丁目が２位でゴールしたのに、最下位になりました。このレースは、各丁目４人一組で４班のバトンタッチレースなのに、なんと２丁目は２０名が参加していました。当然、最下位になりますよね。２丁目は防災意識が高く防災演習を兼ねていたようです。

お昼は競技を一時中断し、町内会で用意したトン汁を、みんなでおいしくいただきました。

対抗競技は、最後の種目を待たずに４丁目の優勝が確定しました。最後の種目も４丁目が１位となって、全種目１位の完全優勝を成し遂げ、運動会の幕を閉じました。

団体の成績は次の通りです。

一位４丁目、二位２丁目

三位３丁目、四位１丁目

最後に、運動会に参加されたみなさん、お疲れ様でした。

まつなみ

編集兼発行

松波地区コミュニティ振興協議会
新聞編集委員会

新潟県柏崎市松波２丁目
17番３号
☎ ２２-４３５２

体育協会会長の挨拶

町内会長の挨拶

パン食い競争

保育園児の遊戯

ラジオ体操

小学生ミニマラソン

幼児レース

防災レースⅠ

ビール早飲み競争

大玉・小玉送り

防災レースⅡ

ラムネ早飲み競争

玉入れ競争

完全優勝おめでとう

《専門部の活動》

【地域環境部】

◎９月の活動実績

☆水仙ロードの草刈り実施

毎年クリーンデイに合わせ実施している草刈を、10月1日に部員13名で実施しました。

◎10月の予定

・市の地域振興部より寄贈された樹木を中旬に植樹予定。

【事務局】

◎11月の予定

・まつなみオンステージを5日に開催します。日ごろの練習の成果を見に来てください。

【公民館活動推進部】

◎９月の活動実績

☆コミバス研修

９月９日（土）に、コミセンバスを利用して、今年最後となる３回目の研修旅行を実施しました。

参加者数は31名で、魚沼地区の由緒ある２つの開山堂と永林寺を見学し、社会科の勉強をして、教養を高めました。

特に開山堂での天井壁画は、日本のミケランジェロといわれている石川雲蝶の作品で圧巻でした。残念ながら写真撮影は禁止でした。

参加者一人一人の心に深く残った良い旅でありました。

合掌

（公民館活動推進部長　柴野　記）

☆アメリカンフラワー講座

コスモス・ポットを作りましょう

９月20日（木）コミセン会議室で、アトリエ夢菜の小池久美子さんを講師にお招きして「アメリカンフラワー講座」を開催しました。

参加者は11名。前週13日（水）に無料体験教室の開催もあり、２週にわたりアメリカンフラワーの魅力を楽しみました。できあがったコスモス・ポットは10月8日(日)の作品展に展示し、爽やかな秋を演出しました。

【その他の会】

◎10月の予定

【松寿会】

・慰安旅行を15日日16に計画。

【ボラントピアの会】

・27日に春の球根植えを計画。

《コミセン便り》

今後の活動予定

◆ほのぼの料理教室
みんなでパンを作ろう！

焼き立てほかほかのパンはおいしさ倍増です。パン作りの基本を覚えておいしいパンを作ってみませんか。子どもから大人まで大歓迎です。

日にち　11月2日（木）
時　間　9時30分～13時
場　所　コミセン調理室
参加費　300円程度
講　師　中村久美子さん
定　員　15名
申込み　10月17日～26日

◆そば打ち講座

打って楽しい！食べて楽しい！
そば打ち名人が優しく丁寧に教えます。自分で打ったそばの味は格別です♪

日にち　11月22日（水）
時　間　9時30分～13時
場　所　コミセン調理室
参加費　500円程度
講　師　渡辺紀昭さん

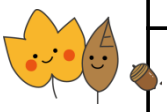
◆かんがるうのおへや
ベビーヨガ・マッサージ教室

お子さんと一緒に心地よい時間を過ごし、健康な体を作りましょう！

【ベビーマッサージ】をお母さんが行うことで、お子さんは安心感と幸福感を得ることができます。

【ベビーヨガ】を通してお母さんと触れ合うことでお子さんのストレスレベルは下がり、心と脳の成長は活発になります。

日にち　11月28日（火）
時　間　10時～11時30分
場　所　コミセン2階研修室
対　象　就園前の親子
講　師　ベビーヨガ・マッサージインストラクター
蓬田陵子さん



10月20日からのコミセン利用予定表

日	月	火	水	木	金	土
					20 そろばん教室 荒小バレー部	21 舞姫PINEWAVE ワンバウンド フットサル
22 衆議院選挙	23 さわやかクラブ 手芸クラブ 卓球部	24 ラケットテニス さわやかクック	25 コツコツ体操 ワンバウンド そろばん教室 ダンス教室	26 さわやかクラブ 卓球部 民謡唄教室	27 そろばん教室 荒浜ミニバス ボラントピア	28 舞姫PINEWAVE ワンバウンド フットサル
29 コーラス	30 さわやかクラブ 手芸クラブ 卓球部	31 ラケットテニス	11/1 コツコツ体操 ワンバウンド そろばん教室 ダンス教室	2 さわやかクラブ 卓球部 民謡唄教室 ほのぼの料理	3 そろばん教室 荒小バレー部	4 舞姫PINEWAVE ワンバウンド フットサル
5 まつなみオン ステージ	6 さわやかクラブ 手芸クラブ 卓球部 新聞編集会議	7 ラケットテニス	8 コツコツ体操 ワンバウンド そろばん教室 ダンス教室	9 さわやかクラブ 卓球部	10 そろばん教室 荒小バレー部	11 舞姫PINEWAVE ワンバウンド フットサル
12	13 さわやかクラブ 手芸クラブ 卓球部	14 ラケットテニス	15 コツコツ体操 ワンバウンド そろばん教室 ダンス教室	16 さわやかクラブ 卓球部 民謡唄教室	17 そろばん教室 荒小バレー部	18 舞姫PINEWAVE ワンバウンド フットサル
19	20 さわやかクラブ 手芸クラブ 卓球部	21 ラケットテニス	22 コツコツ体操 ワンバウンド そろばん教室 ダンス教室	23 さわやかクラブ 卓球部 GB	24 そろばん教室 荒小バレー部	25 舞姫PINEWAVE ワンバウンド フットサル GB

《町内の出来事》

防災訓練実施

今年度の防災訓練が、９０名参加して９月１７日に実施されました。

今年の内容は、①安否確認・通信機材の設置訓練、②負傷者の応急手当等、③炊き出し訓練、の３つを３班に分かれ、同時に実施する方法で行いました。

安否確認訓練では、負傷した住民を運ぶ折り畳み式リヤカーの使用方法と、要介護者の避難状況の確認を行いました。負傷者の手当てについては、外部講師から、身近にある物での応急手当の方法や、三角巾を使用しての固定・止血の方法を指導してもらい、避難所の運営に関するお話しをしていただきました。最後に炊き出し班が作ったおにぎりをいただいて、訓練を終了しました。

認知症の対応方法

NO.9

認知症ケア

＝接し方が分かると 笑顔でいられる＝

こんな時

薬を飲み忘れる･飲むのを嫌がる

どうすればよい対応がとれる？

- 薬を飲むのを見届ける
- 錠剤など飲みにくい時は医師に相談してみる

- 手渡しをするだけで飲むところを見ない
- 「何で飲み忘れるの」などと責めたり叱る
- 勝手に服薬をやめる

相談窓口

柏崎市北地域包括支援センター
はらまち　24－4201

（出典：監修浦上克哉鳥取大学医学部教授日本認知症予防学界理事長

柏崎刈羽ミニコロニーで合同清掃を実施

松波の里、松風の里、さざなみ学園の三施設合同の清掃活動として、松浜中学校グラウンド裏の海岸のゴミ拾いを行いました。春の活動時に比べるとゴミは少なかったですが、それでも大きなゴミ袋４つのゴミが出ました。

清掃後は裸足になりたいくらいの綺麗な砂浜になりました。

今後も、地域奉仕活動への取り組みを計画していきます。

（さざなみ学園　久保　記）

作業風景

たくさん集まりました

◆◆◆◆◆◆◆◆ 編集後記 ◆◆◆◆◆◆◆◆

松波コミセンの一大イベントであるハッピーハロウィーンも、お天気に恵まれ、盛況のうちに無事終了しました。

詳細は１１月号にて紹介いたしますので、ご期待ください。

（編集委員会　事務局）

◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆