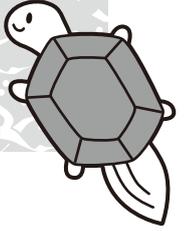




ふれあい通信



平成30年2月
第126号

中津川市社会福祉協議会
中津川市かやの木町2番5号

●☎ 66-1111 内線633・634
●FAX 66-1934 ●Eメール shakyo@takenet.or.jp
●ホームページ <http://nakatsugawa-shakyo.jp/>



『まだできる!』と思って
何事にも挑戦することが大事。

蛭川地区
土井 彰一さん(82歳)

いんいち は 😊



土井彰一さんは、昭和10年5月28日に岐阜県恵那郡蛭川村(現在の中津川市蛭川)に9人兄弟の5男として生まれました。

学校を卒業してからは、石材屋に弟子入りし、その後は東濃鉄道(現在の東鉄タクシー、東鉄観光等)、蛭川のゴルフ場などで働いていました。「電気も通っていない土地を買って、一から今の生活を作り上げた。今は妻の介護をしているが、それがあるから自分も元気でいられると思っている」と話してくださいました。その思いもあって、現在ではご自身で介護タクシーをされています。

昔から仕事の段取りをすることが多く、今でも得意で旅行などの幹事を任されることも多いとのこと。昔から酒が好きで、「月に一度同級生と酒をくみ交わし、同じ話を何度もくり返して大笑いすることが楽しみの一つ」と楽しそうに話してくださいました。





インフルエンザに気づく注意を!

インフルエンザは主に1月～2月が最盛期と言われています。季節の変わり目にさしかかった今、体調を崩してしまつ人も多くなってきました。

◆インフルエンザとは?

インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染することで起きる病気です。普通の風邪よりも急に発症し、症状が重いのが特徴です。免疫力が低下している方は、気管支炎や肺炎を併発しやすいと言われています。

◆まずは予防を!

主な感染経路には、くしゃみや咳などに含まれるウイルスを吸い込んでしまう「ひまつかんせん飛沫感染」と、ウイルスが手などに付いて体内に入る「せつしよくかんせん接触感染」があります。これらを予防するためには、こまめな手洗いが大切です。



◆食事で身体作りをしよう!

疲れがたまっていたり体力が落ちていると、インフルエンザウイルスに感染しやすくなります。ふだんから十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけ、規則正しい生活を送りましょう。

① ウイルス感染や、寒さへの抵抗力をつけましょう。

▼かぶ、ブロッコリー、レンコン等

② 腸内の善玉菌をふやすことで、体の調子を維持し免疫力を上げることにつながります。

▼漬物、納豆、味噌等の発酵食品等



普段の生活から気を付けることでインフルエンザを予防し、元気に暖かい春を迎えましょう!



第3回 中津山市『郷土クイズ』

■中津川市に關係する「物」「人物」「場所」に關するクイズです。
答えを考へてみましょう！

例

- ・秋の果物を使ったお菓子で「栗金飴」と表記する。
- ・中津川市が發祥の地として駅前に石碑がある。

答え

「栗きんとん」

1

- ・明治5年、筑摩県馬籠村（現在の中津川市馬籠）生まれの作家。代表作には『破戒』『若菜集』『春』などがある。



2

- ・上総国（今の千葉県）森岩寺の越山和尚が開山したと言われており、巨大な岩の上に現在では29体の仏像が並んでいる。

3

- ・木の大きさは1m〜2m程度で、紅色のつりがね型の花をつける。
- ・中津川市の花に指定されている。

（※答えは次回号「127号」をご覧ください。）



125号「第2回中津川市『郷土クイズ』の答え

① かしも明治座

② 杵振り踊り

③ 坂本のハナノキ自生地

むかしの道具

豆腐屋さんのラツパ

少し前までは、自転車に乗った豆腐屋さんが、ラツパを吹きながら町の中を回っていました。

豆腐屋さんの吹くラツパの音は、「と〜ふい」と聞こえ、昼食や夕食の時間を教えてくれました。

今ではこのラツパの音を聞くことは、ほとんどなくなりました。





©中央共同募金会

社協の相談事業 (H30年2月・3月)

秘密厳守!
お気軽に
ご相談ください。

この相談事業は、赤い羽根共同募金の配分を受けて行っています。

「心配ごと相談」 心配ごと相談員による相談です。相談は無料です。

開催日		時間	場所	問合せ先
2月	19日(月)、26日(月)	13:00~15:30	中津川市健康福祉会館	社協本所 ☎66-1111 内633
3月	12日(月)、26日(月)			

「ふくしの法律相談」 弁護士による相談です。一定の資力基準を満たす方は無料です。資力確認は、ご予約時にさせていただきます。

開催日		時間	場所	問合せ・予約先
2月27日(火)		13:00~16:00	付知福祉センター	社協付知支所 ☎82-3174
3月27日(火)				



強引な布団の訪問販売に注意!

突然「布団を見せてほしい」と女性が訪問し、家に上がり「汚れている体に悪いので新しく購入したほうが良い」としつこく勧めてきた。

断っても「ひと月1万円の支払いだから大丈夫」などと勧誘され、負けてしまった。

! 布団の訪問販売の相談が後を絶ちません。ドアを開ける前に訪問者や用件をよく確認し、必要なければきっぱり断り、事業者を家の中に入れないことが大切です。

! 一人では対応せず、家族や近所の人など周囲の人に同席してもらうようにしましょう。



何か不安に思う事がありましたら、消費生活相談室にご相談ください。



○中津川市消費生活相談室 ☎66-1111(内線167)