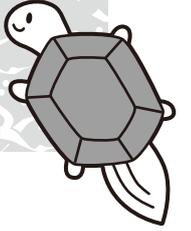




ふれあい通信



平成24年8月
第93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/>



坂下地区
前田 釣郷さん(87歳)

こんにちは😊



坂下地区にお住まいの前田釣郷さんは上野地区で生まれ育ちました。

在学中に戦地に行かれ、終戦後は郵便局に約40年間勤められました。お忙しい中でもPTA会長、区長、氏子総代、人権擁護委員、漁協の副組合長などの役職を引き受けられました。全てが自分の糧になったと前向きにおっしゃいました。

若い頃から講道館柔道(二段)、ヴァイオリンなど趣味も多彩で、今でもウォーキング、グラウンドゴルフ、竹刻の会(美濃若山彫)に定期的に参加されています。特に竹彫は、岐阜県の作品コンクールの優秀第2席に選ばれ、全国大会に出品された程の腕前です。

新聞の社説の音読や株式のページの数字の暗算を毎朝欠かさず行ってみえ、お元気の秘訣は「何にでも興味を持つこと」だそうです。



熱中症に気を付けて!!

高温多湿な環境下では、熱中症が発生しやすくなります。

熱中症とは、気温の「あつさ」と、体温の「あつさ」によって引き起こされる、さまざまな体の不調のことをいいます。

熱中症は生命にかかわる病気ですが、予防法を知っていれば防ぐことができます。

暑さの中で少しでも体調不良を感じたら、無理をしないようにしましょう。

熱中症を防ぐために...

①暑さを避けましょう

日陰を選び、帽子をかぶる

②服装を工夫しましょう

襟元をゆるめて通気よく

③こまめに水分を補給しましょう

のどが渇く前から水分補給



④急に暑くなる日に注意しましょう

暑さからだが慣れるまで3〜4日

⑤個人の条件を考慮しましょう

風邪気味の人、小児や高齢の人は特に注意を

熱中症になってしまったら...

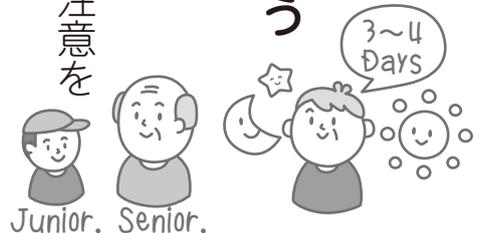
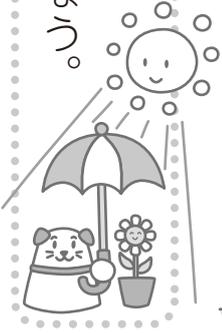
①涼しい場所で休息しましょう

②衣服をゆるめ、首筋やわきの下などを冷やしましょう

③意識がはっきりしている場合は、水分・塩分を補給しましょう

④意識がない場合には、緊急で医療機関に搬送しましょう

暑さの中で体調不良を感じたら、無理をしないように心がけましょう。



第十四回 中津川読み方クイズ ～地名編～

■中津川の読み方の難しい地名を集めてみました。
正しく読めますか？

① 地藏堂(中津川東地区)

② 深沢(苗木地区)

③ 中洗井(坂本地区)

④ 平石(落合地区)

⑤ 矢筈(阿木地区)

(※答えは次月号「10月号」をご覧ください。)

⑥ 下外(坂下地区)

⑦ 尾山(加子母地区)

⑧ 稻荷(付知地区)

⑨ 大上(高山地区)

⑩ 下沢区(蛭川地区)

① 桃山(ももやま)

② 室屋(むろや)

③ 源濟(げんさい)

④ 藤上(ふじあげ)

⑤ 塩野(しおの)

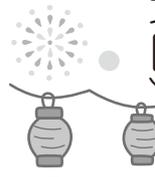
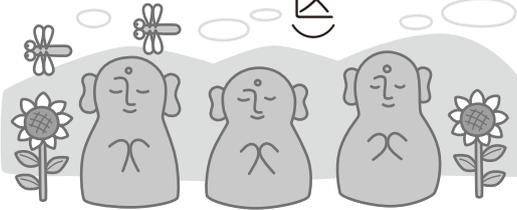
⑥ 高部(たかべ)

⑦ 万歳池(ばんじやく)

⑧ 小栗山(こくりやま)

⑨ 細ヶ谷(ほそがや)

⑩ 町切(まちぎり)

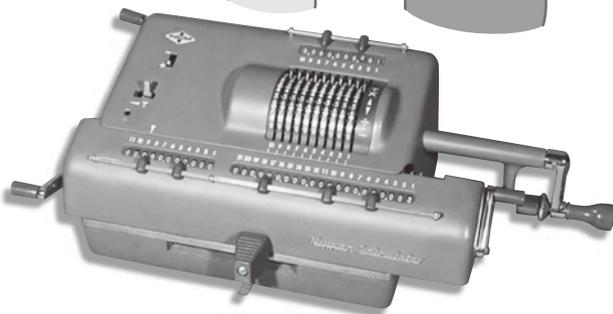


むかしの道具

計算機(けいさんき)

文字通り、計算をするための機械。昔は写真のように大型であった。今から考えると、どのような使い方をされていたのか、大変興味深い形状である。

最近では小型化が進み、カード型のものであったり携帯電話に組み込まれたりしている。

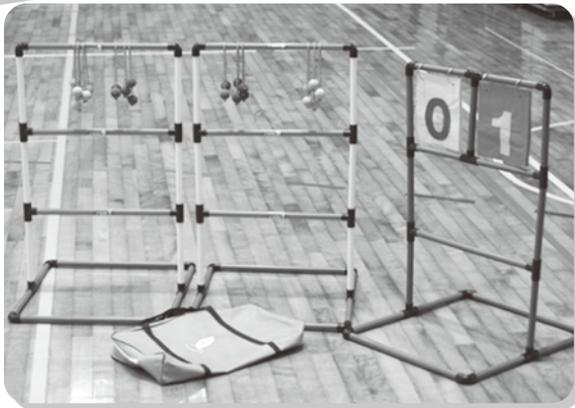


8月9月 心配ごと相談のご案内 (心配ごと相談員による相談です。) ※相談は全て無料です。

	開催日	時間	場所	問合せ・予約先
8月	13日(月)・27日(月)	13:00~15:30	健康福祉会館	社協本所 ☎66-1111 内633
	13日(月) (毎月第2月曜日)	13:30~15:00	川上かたらいの里	社協坂下支所 ☎75-5566
	15日(水) (毎月第3水曜日)	13:30~15:00	坂下福祉センター さくら苑	
	15日(水) (毎月第3水曜日) ※事前に予約が必要です	15:00~17:00	蛭川福祉センター やすらぎ荘	社協蛭川支所 ☎0573-45-3511
9月	10日(月)・24日(月)	13:00~15:30	健康福祉会館	社協本所 ☎66-1111 内633
	10日(月) (毎月第2月曜日)	13:30~15:00	川上かたらいの里	社協坂下支所 ☎75-5566
	19日(水) (毎月第3水曜日)	13:30~15:00	坂下福祉センター さくら苑	
	19日(水) (毎月第3水曜日) ※事前に予約が必要です	15:00~17:00	蛭川福祉センター やすらぎ荘	社協蛭川支所 ☎0573-45-3511



★地域の行事で大活躍!!!★ NEW レクリエーション道具を無料で貸し出します!



ラダーゲッター

スーパーボールをヒモでつなげた物をブラブラ投げて的を狙うゲームです。



エアボール

フワフワの大きなボールをシートで投げ合うゲームです。



♪他にも、スカットボール、たいこ相撲、わなげ、ボーリング、射的など様々なゲームがあります。

♪ご希望の方は、事前にお電話でご確認ください。



申し込み・問い合わせ先 中津川市社会福祉協議会 ☎66-1111 内線633