

# 広報 座光寺 ~おしらせ版~

平成 27 年 10 月号

発行：座光寺地域自治会

編集：公民館委員会広報部

お問い合わせ先：22-1401

## 丸山公園で遊んだよ！ ~2歳児学級~



2歳児学級では、9月24日（木）に高森町の丸山公園に行きました。曇り空の天気ではありましたが、外で遊ぶには快適な1日になりました。公園に集まり学級が始まると、砂場やブランコや長いすべり台で、みんな元気に遊びました。芝生の斜面を使って、段ボールのソリで滑って楽しんでいる親子さんもいらっしゃいました。楽しい公園で、お子さんもお母さんも思いっきり遊んで、穏やかなふれあいの時間を過ごすことができました。最後に、みんなで記念写真を撮ってお別れとなりました。

## ふるさと探検を開催しました！

9月13日（土）の午前9時より、ふるさと探検 ~南本城城跡の学習と五平餅作り体験~ を行いました。当日は、子ども15名、大人6名、健全育成部スタッフ13名の計34名が参加しました。南本城城跡の学習会では、朝の澄んだ空気の中を歩きながら、塩澤公民館長から“土塁”や“曲輪”など山城のつくりについて教えていただきました。また、小林正明先生の説明を聞きながら里山に生息する植物の観察を行いました。



公民館に戻り、続いて五平餅作り体験を行いました。みんなで力を合わせて炭火をおこし、南本城城跡に向かう前に形にしておいた五平餅を、焼いて食べました。参加した子どもたちからは、「炭で焼いた五平餅は格別だった」、「南本城城跡の歴史や植物のことが知れてよかった」といった感想が聞かれました。ふるさとの“歴史”も“自然”も“食”も、味わうことのできた一日になりました。

## 乳房マンモグラフィ検診・乳房エコー検診のご案内

乳がんは女性に一番多いがんで、30代から増加し、40代後半から50代前半が最も多く、罹患者数は女性の12人に1人とされています。早期に発見した場合、90%以上は治るといわれており、小さいうちに見つければ、治る可能性の高い病気です。乳がんを早期に発見するには、月に1回の自己触診法と定期的ながん検診でチェックすることが必要です。がんは決して他人事ではありません。定期的ながん検診を受けましょう。

○乳房マンモグラフィ検診 11月5日（木）、6日（金）

○乳房エコー検診（超音波） 11月10日（火）午後のみ、19日（木）

※受診希望者で通知が来ていない方は、保健課保健指導係（22-4511 内線5307・5308）または座光寺自治振興センター保健師（22-1401）までお問い合わせください。



## 麻績の里おもてなし事業を実施しました。

麻績の里振興委員会では市のムトス飯田助成金を活用し、麻績の里おもてなし事業を昨年より展開しています。今回は、9月19日（土）に元善光寺から麻績の館を繋ぐ遊歩道の全てを石畳みにする事業に取り組みました。総勢22名が参加し、秋晴れの元で楽しく整備をすることができました。



## 麻績いきいき大学第2回一般教養講座を開催しました

8月31日（月）、麻績いきいき大学の第2回一般教養講座が開催されました。今回は、市役所長寿支援課の森本優美子保健師と座光寺担当の筒井幸子保健師のお二人を講師に、「いきいきと生活するために」と題し、ご講演いただきました。講演の前に、足指力測定をしました。普段なかなか測ることのできない筋力の測定結果を、皆さん興味深く見ていました。講演のなかで、森本保健師からは主に認知症予防のお話、筒井保健師からはロコモティブシンドローム（運動器症候群）予防のお話をしていただきました。いきいきとした生活を続けるための話が聞け、有意義な時間となりました。



## 山ぶどうの収穫をしました ～麻績山ぶどうの会～

9/26（土）に大門原にある園場で山ぶどうの収穫を行いました。子どもも含め20名が参加しぶどうの収穫を楽しみました。今年は夏場に新梢管理をしっかりと行い、また収穫時期を一週間程度遅らせることで質の良いぶどうが育ちました。約2時間程度で470kgのぶどうを収穫することができました。今後、工場で醸造を行い、来年にはワインとなって更に楽しめる事でしょう♪



## これからの主な行事予定



日付	事業名	内容
10月11日（日）	座光寺地域市民運動会 主催：座光寺地域市民運動会 実行委員会	時間：8:30～16:00頃 場所：座光寺小学校校庭 親睦を深める運動会。目標は「住民40%以上の参加」です！是非ご参加ください!!
10月18日（日）	敬老祝賀会 主催：健康福祉委員会	時間：11:00～14:00（受付10:00～） 場所：座光寺公民館 大会議室 今年度75歳以上になられる方をお招きします。
10月20日（火）	秋の胸部レントゲン検診 主催：保健課	時間：9:30～10:00 場所：座光寺自治振興センター 65歳以上の方で今年度未受診の方は、是非この機会にどうぞ。
10月1日（木） ～12月31日（木）	「赤い羽根共同募金」受付	皆さまのご協力をお願いします。 問い合わせ 飯田市共同募金委員会 Tel.53-3180
11月9日（月） ～3月2日（水）	竜西一貫水路断水のお知らせ	耐震補強工事等を実施するため、一貫水路を断水します。 問い合わせ 竜西土地改良区 Tel.22-1667

