

第149号

北股地区振興会だより



奥州市衣川小田212番地 北股地区振興会編集 令和5年2月22日(水)発行
TEL 0197-52-6513 メールアドレス: kitamatacc@yahoo.co.jp

第75回優良公民館表彰受賞 奥州市長表敬訪問

2月20日、第75回優良公民館表彰の受賞を報告するため、奥州市長を訪問しました。これは、県南教育事務所の推薦を受けて、文部科学大臣から表彰を受けたもので、平成30年から北股地区センターを拠点に展開しているボランティア活動や、岩手・宮城内陸地震の教訓を踏まえた防災活動などが評価されたものです。全国から選ばれた72の公民館施設(優良公民館)のうち、最優秀館(1館)に次いで、4館だけ選ばれる「優秀館」に選出されました。市長応接室で次のような挨拶が交わされた後、最後に市長と記念撮影(下記写真)をしました。

市長・振興会長のコメント

振興会長：「今までの地道な取り組みが認められたことは大変嬉しいことです。今後もこれを励みに頑張って活動していきたいです。」

市長：「他の模範と認められる公民館賞「優秀館」の受賞は大変喜ばしいことです。地域住民を巻き込んだ活動、地域内外への情報発信及び参加者の多様化を目指した取り組みは、将来にわたりコミュニティを維持していくことや、活力あるまちづくりを推進していくために非常に重要なことであると考えています。皆さんのこれまでの活動に感謝いたします。受賞誠にありがとうございます。先日の協働のまちづくりアカデミーの発表を聞いて、市民の熱量の高さをどう行政がサポートするかが重要だと感じました。手続きや申請等のサポートは行政がやるので、こういうサポートが欲しいという時はどんどん言って下さい。」



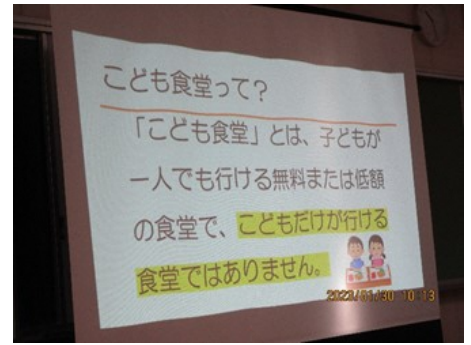
写真中央左 倉成淳市長
写真中央右 阿部睦雄振興会長
写真左 佐藤清水センター長
写真右 高橋進事務長



奥州市社会福祉協議会主催

令和4年度 語り合いの輪福祉懇談会が開催されました

令和4年1月30日、27名とたくさんの方が参加して、上記懇談会が北股地区センターで開催されました。会議では、地域セーフティネット（※）会議の設置と運営方法等の説明があり、実際の活動事例として、地域の見守り支援や生活支援、地域の居場所づくり活動などが紹介されました。また、最近よく耳にするようになった「子ども食堂」や「奥州市権利擁護安心センター」の紹介もありました。懇談では、「子ども食堂」の詳しい内容、福祉マップの活用、送迎時の事故対応などについて質問があがりました。
※セーフティネット 「網の目」のように安心・安全のための救済策を張ること



国見平温泉どうするの・・・

奥州市長は、今年3月末で休止としていた温泉の営業を9月まで延長することを発表しました。その後については、9月末までに今後の方向性をきちんと決めなければ存続が出来なくなります。継続を望むのであれば、どうしたら継続ができるのかを地域で考えていかなければなりません。緊急に住民の皆さんの意向を確認したいため、アンケート調査や座談会を実施させていただきます。度々のお願いで大変恐縮ではありますが、皆さんの意見をお聞かせください。



◆ 住民座談会の開催について

日時：3月19日（日）午後1時半～4時 場所：国見平温泉

お誘い合わせの上、気軽にご参加ください。詳しくは、追ってお知らせいたします。



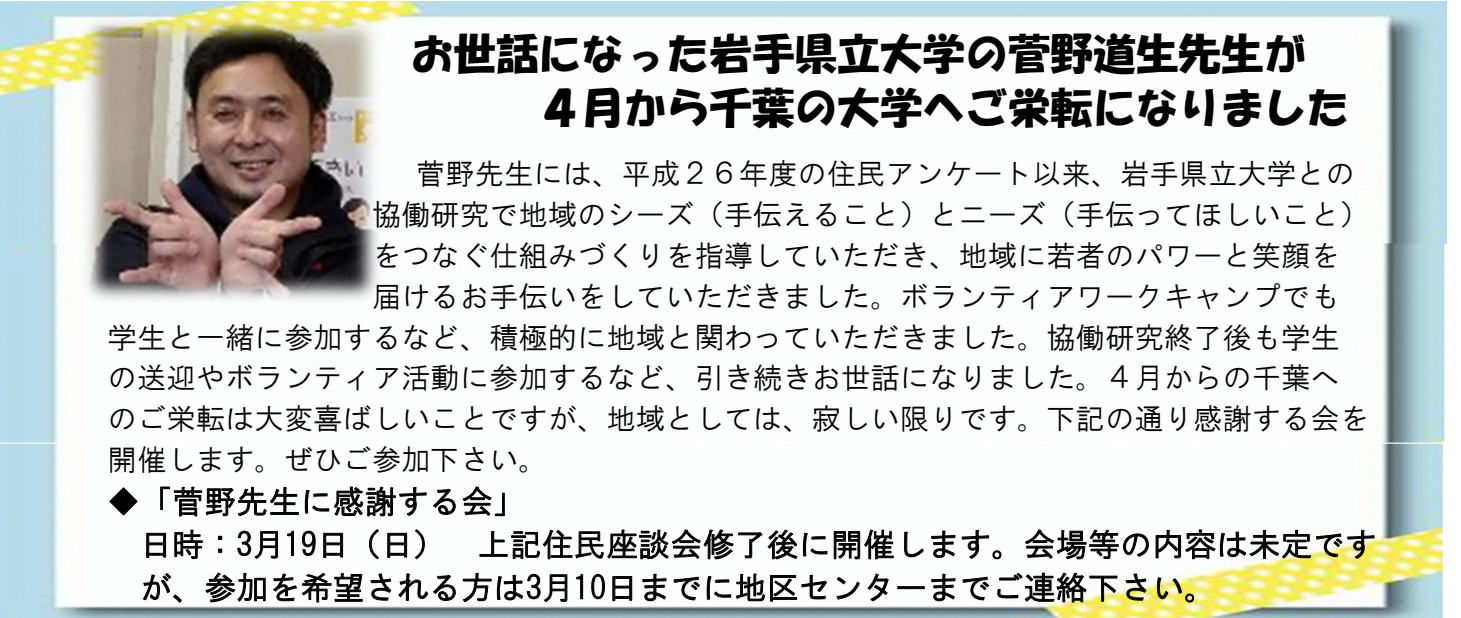
お世話になった岩手県立大学の菅野道生先生が4月から千葉の大学へご栄転になりました



菅野先生には、平成26年度の住民アンケート以来、岩手県立大学との協働研究で地域のシーズ（手伝えること）とニーズ（手伝ってほしいこと）をつなぐ仕組みづくりを指導していただき、地域に若者のパワーと笑顔を届けるお手伝いをしていただきました。ボランティアワークキャンプでも学生と一緒に参加するなど、積極的に地域と関わっていただきました。協働研究終了後も学生の送迎やボランティア活動に参加するなど、引き続きお世話になりました。4月からの千葉へのご栄転は大変喜ばしいことですが、地域としては、寂しい限りです。下記の通り感謝する会を開催します。ぜひご参加下さい。

◆ 「菅野先生に感謝する会」

日時：3月19日（日） 上記住民座談会修了後に開催します。会場等の内容は未定ですが、参加を希望される方は3月10日までに地区センターまでご連絡下さい。



「情報通信機器利用調査」アンケートに

ご協力いただきありがとうございました

先日、北股の中学生以上の方を対象に行った「情報通信機器利用調査」のアンケートにご協力いただき、誠にありがとうございました。地域の7割以上の方から回答をいただきました。回答からは、スマホの所有率が7割以上であったこと、SNSの利用率も6割以上であったことなど、思っていたよりも地域内でのデジタル機器の使用率が高かったということがわかり驚いております。

結果がまとまりましたら、みなさんにもお知らせいたします。今後集計したデータをもとに様々なことに役立てていきたいと思っております。

◆ スマホの使用で不明なことは地域のデジタルサポーターに聞いてみよう！

地域には奥州市の講習を受講して認定を受けたデジタルサポーターが4名います。分からないことがあったら、まずデジタルサポーターに聞いてみましょう。



ご協力に感謝申し上げます



新型コロナウイルスの感染拡大予防により料理教室等が開催できないため、栄養士おすすめ減塩料理のレシピを紹介しています。(毎月21日更新、奥州市ホームページにも掲載中!) レシピを活用して、健康で元気に過ごしましょう。

管理栄養士おすすめ 減塩レシピ

「タルタルサラダ」



- ★ ブロッコリーは野菜の中でもたんぱく質の多い野菜です。
- ★ タルタルソースは、マヨネーズではなくヨーグルトと和えるところがたんぱく質量を増やすポイントで、体重をコントロールしたい方にもオススメです。蒸し魚やフライにも合います。

材料(2人分)

- ・ ブロッコリー 120g
- ・ パプリカ 30g
- ・ むきエビ 50g
- ・ 卵(L) 1個
- ・ プレーンヨーグルト 40g
- ・ 塩 1g

☆一人分栄養価

エネルギー 99cal 塩分 0.8g
たんぱく質 12.4g 脂質 4.2g

作り方

- ① ブロッコリーは小房に分け茹でる。パプリカは食べやすくスライスする。むきエビは茹でる。
 - ② ゆで卵を小さく切り、ヨーグルト、塩と混ぜてタルタルソースを作る。
 - ③ ①と②を和えて、器に盛る。
- さらにたんぱく質アップ
ヨーグルトをギリシャヨーグルト(プレーン)にすると、効率よくたんぱく質を摂取できます。その場合はワインビネガー又は酢を大さじ1加えてなめらかにします。

■ 3月の行事 ■

17日	金	北股地区振興会三役会議（予定）
19日	日	住民座談会・菅野道生先生送別会
23日	木	北股地区振興会だより第150号発行
24日	金	北股地区振興会役員会（予定）



振興会・北生会共催事業

「田舎カフェ」開店します



一関市の喫茶店「佐惣珈琲豆」さんが北股地区センターで当日限りの出張カフェを開店します。この機会に是非、本格焙煎珈琲を飲みに来ませんか？

開催日時 令和5年2月28日（火）
午前10時～12時



開催場所 北股地区センター

参加費 一人 300円 ※お菓子付き

申込先 北股地区センター（52-6513）

又は北生会地区役員まで

締め切り 2月27日（月）午前9時まで

その他 自家製の漬物等の持込、大歓迎です！

おねがい



星空の広場を使用する方へお願いです。使用後のトイレトイレットペーパーを大量に流すとトイレが詰まって水が溢れてしまいます。ペーパーの量が多い場合は水を1度ではなく2, 3回流して、詰まっていないことを確認してください。万が一、詰まってしまった場合は、次の方が使用出来なくなりますので、放置せず北股地区センター（52-6513）まで連絡をくださるよう、お願いします。

トイレはきれいに
使いましょう！



青凧会主催

おんせん講談開催のお知らせ

開催日時 令和5年2月26日（日）午後2時～
令和5年3月12日（日）午後2時～
令和5年3月26日（日）午後2時～
場 所 国見平温泉

湯っこさつかつて
おもせえ話きぐべ！



地域の公共施設、国見平・黒滝温泉と

国見平スキー場をみんなで利用しましょう！

ボランティアに頼みたいことを

随時 募集します！

今までは、定期的に決まった日時で開催してきたボランティアワークキャンプですが、これからは定期的に開催するもの以外に、地域のみなさんの予定に合わせたニーズ（雪かきなど頼みたいこと）も随時募集します。ボランティアはいただいたニーズに合わせて対応可能な方を募集し派遣します。依頼の申し出は、作業予定日の2週間前までに地区センター（52-6513）までご相談ください。

※ 学生等ボランティアの都合やコロナウイルス感染症の状況により 対応出来ない場合もあります。



私たちがお手伝いさせていただきます。

あとがき

寒い日が続いていますが、地域のみなさんはいかがお過ごしですか？ 例年に比べて今年は雪が少なく車で移動する私にとってはとてもありがたいことです。マスクの着用義務が3月からだいぶ緩和されるようですが、悲しいことに私はまだまだ花粉症対策のためマスクがはなせません。