

元気なところからだ、いつまでも

平田村地域包括支援センター主催の地域づくり講演会が12月3日、ハレスコで開催されました。今回は、一般社団法人 ふくしまをりハビリティで元気にする会理事長の岡本宏二氏を講師に迎え、約70の方が参加しました。

人と会い、話をし、笑ったり、誰かを気にかけることがフレイル（虚弱）や認知症の予防になることをユーモアたっぷりにご講演いただきました。

地域包括

支援センターは村と連携をはかり、高齢者の皆さんの生活を支援するため、介護予防や高齢者の総合的な相談業務などを行っています。高齢者やそのご家族で介護予防やその他のお困りごとがある方は、お気軽にご相談ください。



新聞紙を利用した運動の紹介

【平田村地域包括支援センター】

☎555-31255

バランスのある食生活を

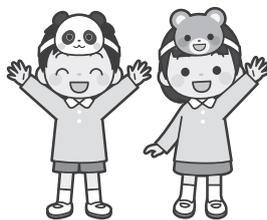
保健推進員と食生活改善推進員の合同研修会が11月27日～28日、ハレスコで行われ、各会の会員ら約50人が参加しました。

研修会では、野菜に関する講話のあと、「1食で野菜350g」をテーマに、旬の野菜を使った鶏肉と野菜のペンネなどを作りました。参加者は出来上がった料理を囲み食生活と健康のかかわりについて再確認していました。



成長した姿を家族に披露♪

ひらたこども園の生活発表会が12月2日に開催されました。今年は、3年ぶりに入場制限を設けずに行われ、多くの方々が来園しました。子どもたちは緊張しながらも毎日練習を重ねてきた成果を、家族の方々に披露していました。



地域を守る

年末年始の交通事故防止運動

金融機関パトロールを実施

村防犯指導隊の阿部勝美さん（上蓬田）と村防犯連絡責任者の大和田良雄さん（上蓬田）、石川警察署平田駐在所塩田大丸巡査長による金融機関パトロールが12月11日、村内の金融機関各所で実施されました。

隊員らは村内の郵便局と、夢みなみ農業協同組合を訪問し、年末年始の交通事故防止を呼びかけました。



防犯広報及び夜間防犯パトロールを実施

防犯広報及び夜間防犯パトロールが12月18日、村内のスーパーやコンビニエンスストアで行われ、村防犯指導隊の澤村兼人さん（蓬田新田）や村防犯連絡責任者の大和田良雄さん（上蓬田）、小林三夫さん（鴛子）、石川警察署平田駐在所塩田大丸巡査長が、年末年始の事件防止を呼びかけました。



第54回平田村剣道大会

石川剣道連盟平田支部主催の平田村剣道大会が11月23日、ひらた清風中学校で開催されました。

今大会は近隣市町村から約300人の選手が参加し、小中学生が団体戦や個人戦で日頃の練習の成果を披露しました。

村内関係者の成績は次のとおりです。（敬称略）

〔団体戦〕

中学生男子 優勝 ひらた清風中学校Aチーム

添田健伸 上遠野遼 竹田琉星

〔個人戦〕

小学4年生以下基本の部

第3位 蓬田剣道スポーツ少年団 瀬谷華叶



来春もきれいな

桜が咲くように

久保木源さん（鴛子）と瀬谷一男さん（蓬田新田）らによる桜木環境整備作業が12月1日、総合運動場周辺で行われました。

この活動は、来春も桜花爛漫になるようにと思いを込め、毎年ボランティア活動として行われています。

