

大国まちセンだより

第174号

令和5年8月24日

大国まちづくりセンター
大国地区社会福祉協議会
(電話・FAX) 88-9455

「運転免許証 返納」

上市自治会

松元幸子

温泉津町井田から大国へ嫁に来て60年余になります。子どもたちは県内で独立したので、夫婦二人暮らしを長くしています。

昨年、少しケガをしてから20年位夫婦で通っていたスポンジテニスをやめました。

今はグラウンドゴルフ・陶芸・大国まちセンで行われる体操教室や料理教室等に参加してみなさんとおしゃべりすることを楽しみにしています。

先日、主人に「運転免許証更新」の案内が届きました。高齢者講習を受けなくてはなりません。子どもたちが集まった時に、運転免許証を返納するように言われましたが、なかなか主人は納得いかないようです。私はもう一年ありますが、一緒に免許証の返納を考えています。

二人の病院の定期的な受診、主人の大好きな本を図書館へ借りに行く事、日用品や食料品の買い出し等不便になる事がたくさんあります。しかし今更、バス利用は難しいです。

子どもが出来るときは連れて行ってくれるとは言っていますが、タクシーを利用することになります。

とても不便になりますが、万が一の事を考えて、みなさんに迷惑を掛けないうちにと思っているところです。



高齢者の通いの場

だいこく

大国まめな会だより

7月26日、久利の森山朝子さんの、ミュージック・レク。

ペットボトルのキャップを洗濯バサミでつかんで運んだり、洗濯バサミをつなげていくゲームをしました。



洗濯バサミがとても良い指先の運動になります。

8月2日、大田の幸増千世さんの「折紙であそぼう」。



折紙で、浴衣を着た人形を折りました。

みなさんとても上手です。みんなで懐かしい歌を大きな声で歌いました。

ました。

8月9日、檜垣志穂さんの「笑顔いっぱい元気体操」。水分補給・規則正しい生活・こまめに動くことが大切。涼しくなり動こうとした時に、動けなくなるので、じっとせずにこまめに動きましょう。

仁摩女プロジェクト in～浜ヨガ～

8月6日(日)朝5:30から馬路琴ヶ浜で浜ヨガを開催しました。14名の参加で早朝から朝日を浴びて砂浜の上でヨガをして心も身体もリフレッシュ!!



仁摩女プロジェクトでは色々な活動をしています。ぜひ次回もご参加下さい。



夏のおもてなし料理教室

8月1日(火)9:00から夏の食材を使用した「夏のおもてなし料理教室」を開催。仁万の落合美樹さんを講師に、参加者8名で教えてもらいました。



夏野菜カレー・ゴーヤと豚肉のから揚げ・じゃがいもの冷製スープ・かつおとトマトのカルパッチョを作りました。

作っている時に色々な方とお話をして、知らなかった料理に関する知識を教えてもらいました。

夏野菜カレーはトマトとたくさんの夏野菜で水

なしで作る。ゴーヤと豚肉を混ぜて油で揚げ焼きに。じゃがいもと玉ねぎが柔らかくなったらミキサーで碎いて冷たいスープに。刺身もトマトを飾りドレッシングでいただく一味違います。



みんなで作った料理はとても美味しかったです。夏野菜もたくさん堪能できて、この猛暑を乗り越えられそうです。

暑い中、参加いただいたみなさんありがとうございました。

水鉄砲で交流会



7月28日(金)、仁摩保育所の年長さんとシニアクラブ若水会の交流会が行われました。

若水会は保育園児のために1本ずつ水鉄砲を作りプレゼントしました。

まずは、水鉄砲の使い方を教えてもらいました。早速園児は水鉄砲に水を入れてもらい、上手に勢いよく水を飛ばして大喜びでした。



水鉄砲で暑い夏を乗り切って下さい。

大国でキャンプファイヤー

7月29日(土)17:00から大国グラウンドで青空子ども会と大国まちづくりセンター共催のキャンプファイヤーを行いました。

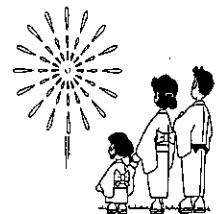


子どもが17名参加し、みんなでカレー作り。かき氷・焼き鳥も食べて暗くなるのを待ちました。キャンプファイヤーに点火し、手

持ち花火を楽しみました。最後に打ち上げ花火とナイアガラの滝の花火をお父さんがしてくれました。子ども達は大喜びでした。

昨年はコロナ禍で開催できませんでしたが、子どもたちの楽しそうな笑顔を見ると来年もぜひ開催したいと思います。

「楽団大国」が練習をしていたので、合流してドラムをたたかせてもらい楽しい時を過ごしました。



今後の行事予定

- ・ 9/ 3(日) 9:00~仁摩女+マクラメ編講座
- ・ 9/ 7(木) 13:30~簡単スポーツ教室(俵先生)
- ・ 9/ 8(金) 19:30~仁摩女美トレーニング
- ・ 9/13(水) 9:30~ゆらぎ健康教室(檜垣先生)
- ・ 9/21(木) 13:30~はつらつ体操教室(小笠原先生)
- ・ 10/21(土) 大国地区敬老会開催予定

【編集後記】

雨の降らない日が20日以上続きました。台風7号は、各地で大きな被害が出ています。お盆に入り久しぶりの雨が降り、少し涼しくなりました。

稲穂が色付き始め、大国まちセン前では暑い中の稲刈り作業が始まりました。