

高野地区地域福祉活動の広報紙

## かわら版「きずな」

発行日：2018年12月10日  
 編集&発行：高野地区  
 まちづくり協議会設立準備会  
 発行人：田尻昭二

No. 17

## 3回シリーズで「市民健康ひろば」が大盛況

▼第1回目 = 10月7日

筑波メディカルセンター病院、  
 茨城リハビリテーション病院の合同企画  
 テーマ「脳卒中の予防と治療」



高野地区地域福祉活動計画実行委員会は、地域の人々の「健康寿命を少しでも長くし、健康で明るく、楽しい生活をおくっていただくために」市民健康ひろば」を企画しました。

健康寿命を伸ばして健康で明るい生活を

午後1:00開始、申し込み予約の80名の来場客で席は満席。  
 第1部は、筑波メディカルセンター病院の軸屋病院長の挨拶の  
 あと、副院長の中山先生から地域の医療連携について、脳神  
 経外科診療科長の中居先生による「急性期脳梗塞の治療」と  
 題した講演で、脳血管治療の最前線のお話や脳卒中の予防や  
 対処法など、大変有意義なお話をいただきました。

第2部の体験コーナーでは、「頸動脈エコー体験」や茨城リ  
 ハビリテーション病院の先生方による「脳卒中による片麻痺  
 体験」や栄養管理士による「健康相談会」などが開催され、  
 来場した皆さんも積極的に体験し「健康の大切さ」を痛感し  
 た日となりました。

▼第2回目 = 10月21日

すみれ接骨院

テーマ「骨盤矯正と正しい姿勢」



すみれ接骨院のスタッフによる「身体のしくみ」と「骨盤の重要性」についての講話。正しい姿勢の取り方、日頃自宅でできるストレッチ指導があり、いざ「体験コーナー」へ。最新の骨盤矯正器具を使い、参加者全員が骨盤矯正を体験、データをもとにアドバイスをいただきました。その後「身体の痛み相談コーナー」が設けられ、遅くまで個別に相談をされていました。

▼第3回目 = 11月4日

医療法人 慶友会

テーマ「認知症予防講座」



午後1:00開始、3回目も定員80名のところ、若干定員オーバーで満席。  
 最初に、慶友会理事長の石井先生より「認知症予防について」の講話。体験コーナーでは、普段慣れない動きで脳に適度な刺激を与え、活性化を図る「シナプソロジー」や「脳トレ」「芸術療法」「エロンゲーショントレーニング」を楽しく体を動かしながら体験しました。

# 敬老のつどい 写真レポート

## 「第2回高野地域交流会～みんなで祝おう敬老のつどい」

第2回目の「高野地域交流会～みんなで祝おう敬老のつどい」は、11月11日、開催されました。今回は会場を高野公民館から松ヶ丘小学校体育館に移し、約350名の来場者で賑やかな楽しいひと時を過ごしました。

歌って・踊って・元気いっぱい



TVドラマ「水戸黄門」のテーマソングからスタートした「ウィンドアンサンブル守谷」の演奏は、会場の雰囲気をもグッと盛り上げました。

「良い声を出すためには、まず柔軟体操が不可欠」と話す小林昌代さんの指導で体操を行う来場の皆さん。



(2)



「地域の皆さんとともに」をフレーズにさまざまな曲を演奏する「ウィンドアンサンブル守谷」。



小林昌代さんは昨年に続いて、今回も熱気溢れる歌と発声のご指導をいただきました。



オペラ歌手の小田修一さん、保坂慎吾さん、徳吉博之さんが加わって歌とウクレレのコンサート。



「ユニットアクトリー」の鈴木あゆみさんと小川隆生さん。高齢者を狙った詐欺等への対処法をコントで。



多くの高齢者が被害に遭っている「詐欺事件」の手法や予防策などを分かりやすく説明する取手警察署。



「敬老のつどい」の最後は、「ひょうたん連」の皆さん。「阿波踊り」でフィナーレを飾っていただきました。




今日、ここに多くの高齢者の皆様にお越しいただき、お元気に過ごされておられることをお伺いし、何よりもうれしく思います。

守谷市は今、若い人たちが増えて従前にも増して活気があるまちに発展し、他の市町村のみならずからも好評をいただいているところです。しかしながらこれから10年先、あるいは20年先には全国的に少子化・高齢化のもとで人口減少という事態が起きようとしており、いずれ守谷市にもそういう波が襲ってくるだろうと予測されます。

今、守谷市の子供たちは、のびのび・健やかに、そして元気いっぱい頑張っています。皆様はこうした若者たちから元気をもらい、元気で長生きしていただくことを心からご祈念申し上げます。(要旨)

若者から元気をもらい  
いつまでもお元気で  
松丸市長の挨拶



(3)

# 高野地区の新年行事



## 無病息災を祈願する冬の祭り



「どんど焼き」新年1月14日(月・祝)に開催  
 浅間神社下の土手 午後1時点火

毎年1月に浅間神社下の土手で無病息災を願って行われています。正月のしめ飾りやワラや竹などを集め、高く積み上げて燃やします。子どもたちや近所の人たちは、当日ついた餅を篠竹の先に差し肩に担ぎ、この餅を焦がさないように焼いて食べると風邪をひかないと言われています。来年1月14日、浅間神社下の土手で『どんど焼き』を開催します。皆さん！是非お集まりください！



臨濟宗大雄山海禅寺



曹洞宗欽喜山常安院

大晦日、23時30分頃から除夜の鐘を行っています。毎年50名ほどご来山いただき、和気あいあいと鐘をついています。寒い中ですがたくさんの方々にご来山いただければと心からお待ちしています。108回つきます。

## 子どもヘルパー30年度活動報告

### やさしい心の育成めざし21名でスタート

平成30年度の子どもヘルパーは8名の新4年生を迎え、7月29日、高野公民館で任命式を行い、総勢21名で今年度の活動をスタートしました。任命式の後、更生保護の先生方から手話を教わったり、8月には大井沢の「清瀧寺」で坐禅会、9月は「障がい児についての学習会」10月には御前山・里山たまり場での「芋

掘り体験」、その他 地域敬老会のお手伝い、伊奈特別支援学校との「遊びの場づくり」などの活動をしています。地域の人々との交流や高齢者や障がい児とのふれあいなど、ボランティア活動を通じて子供の頃から福祉への関心、やさしい心の育成などをめざしています。

8名の新4年生を迎え、総勢21名で今年度の活動がスタートしました

