

石川自治センター だより



平成 26 年度第 63 回石川地区敬老会 in 松多屋



第 63 回石川地区敬老会(川西正昭 実行委員長)が 9 月 3 日(水)午前 9 時 30 分よりホテル松多屋で 269 名(金婚式 10 名含)が出席し盛大におこなわれた。第一部式典は、前田勇実行副委員長の開会の言葉で始まり、主催者を代表し加納武夫町長、川西正昭委員長挨拶、敬老祝金贈呈式がおこなわれ 75 歳到達者代表吉田クラ様(馬場町区)、88 歳到達者代表小池國三様(北町区)に贈呈。しあわせ金婚夫婦は 5 組の方々を代表し五十嵐一夫・信代様(当町区)に贈呈された。おじいちゃん・おばあちゃんへのお手紙は、片寄広菜子さん(石川小 5 年生)、吉原日南乃さん(石川中 2 年生)が発表した。敬老者謝辞を丹内則夫様(当町区)が述べ、鈴木完治副委員長の言葉で式典を終了した。第二部は祝宴、有賀四郎前石川地区区長会長の乾杯ではじまり 11 組の出演者が、大正琴・舞踊・民謡に楽しい祝宴となった。敬老会には実行員として、行政区区長・民生児童委員・行政区女性代表・文化協会の皆様にご協力をいただき、盛大に出来ましたことに感謝申し上げます。ありがとうございました。(写真：敬老会式典・祝宴の様子)

石川のペグマタイト鉱物 ー第5回地元学講座ー

9月25日、石川のペグマタイト鉱物について石川町文化財保護審議会委員の橋本悦雄氏から講義と石川町歴史民族資料館をご案内いただきました。石川のペグマタイトの特徴は数多くある他の産地と比較しても群を抜いて大きいこと、電気石・白雲母を含んでいること、フッ素に富む鉱物を産しないことだそうだ。橋本委員は「どんなすばらしい資源（お宝）であっても伝える人の情熱がなければ途絶えてしまう。後継人材の育成が急務である」と強調された。資料館の見学は短時間であったが、鉱石の大きさや種類



歴史民族資料館見学



天盤に露出した巨大な電気石に驚嘆(和久観音山鉱山跡)

の多さに改めて石川町の石を実感しました。引き続き和久観音山鉱山跡を見学し、石川鉱石採掘跡保存会の相田義男会長代行から産出された鉱物の見分け方や坑道の天盤に露出した巨大な電気石等の説明を受けました。日本が世界に誇る三大ペグマタイトの産地の一つが石川町にあるということ、この宝を誇りに思い後世に引き継ぐためにはこれまでのように保存会だけでは限界があると町の支援を強く訴えられたが、講座生も同じ思いであった。

健康で長生きしよう！ - あなたの血管は大丈夫ですか -

(監修：石川町保健センター)

◎気になる脂質異常症 (2)

◇脂質異常症は動脈硬化をすすめます

このまま放置すると確実に動脈硬化をすすめ、命にかかわる心臓病や脳血管障害などの病気を引き起こすといわれています。

◇コレステロールと中性脂肪は肝臓で合成され全身に運ばれます

コレステロールの6～7割は体内で合成され、残りは食物から取り込みますので材料となる食物の取り込み過ぎ食べ過ぎに気をつけることと代謝をよくするための運動量を増やすことがコツです。

☆脂質異常症の改善

運動 ～ 運動すると酵素が活性化され、中性脂肪を減らし、善玉コレステロールを増やします。

適正体重の保持 ～ 食べ過ぎや飲み過ぎは、体内でのコレステロール合成を高めます。

禁煙 ～ 喫煙は、HDL(善玉)コレステロールを減らし、LDL(悪玉)コレステロールを酸化して血管に沈着させ動脈硬化をすすめます。

10月度行事予定

日	曜	行事予定	備考
1	水	第3回地域自治会準備委員会 19:00～	分庁舎2階
12	日	産業祭(まちづくり委員会・企画推進員・ものづくり工房出店)	母畑レークサ
16	木	新田寿健康大学移動研修 8:30～	滝根町方面
20.21	月・火	石川地区区長会視察研修会 8:00～	新潟方面
21	火	石川寿大学学習会 9:30～	町公民館
23	木	第6回地元学講座 10:00～	共同福祉施設
26	日	レディースきたす・外楨移動研修 8:00～	那須方面
27	月	レディース馬場町移動研修 8:00～	福島市方面
毎週土曜日		まちなか朝市 (10/4.11.18.25) 7:30～	自治センター

お知らせ
石川地区文化祭に今年もコーヒーショップOPEN。十一月一日(日)午前九時から午後一時頃迄。当日限り。コーヒーといちじくの甘露煮付で販売します。お待ちしています。