

自治センターだより

# やまはし

令和8年 3月号

- ・発行日 令和8年 3月1日
  - ・発行所 山橋自治センター
  - ・発行責任者 矢内 一郎
  - ・発行所職員 高原伸也：小島 清
- 石川町大字南山形字中野沢 55  
 ☎ ②⑥ -1065 FAX ②⑥ -3109



## スマホ教室開催



2月3日(火)山橋自治センターにおいてソフトバンク認定の講師による高齢者向けのスマホ講座を開催しました。内容は、スマホの基礎講座に加えラインの使い方(操作体験が中心です)の説明があり、受講者は94歳の方から50歳の方で14名の出席がありました。受講者の中には、かなり難しいが色々な機能があり便利に使いこなせるようになりたいとの感想でした。



## バレンタインカフェ開催「モチモチの会」



福祉部会補助サークル「モチモチの会 添田 健部会長」では、2月13日(金)自治センターにおいて今季4度目のカフェとして「バレンタインカフェ」を開催しました。参加者は、利用者12名、ボランティア(モチモチの会)6名、保健福祉課 他3名で21名の出席があり今回は、折り紙やかご、ボール(四角)づくりを利用者は完成するまでがんばりました。又、保健福祉課(根本さん、石塚さん)よりフレイル予防「健康寿命と寿命について」の講話がありました。

## おいしいと好評の「味噌づくり」体験



山橋まちづくり委員会産業おこし部会(大平周一部会長)では、今年度も予定通り部会員(部会員以外2名の参加)にて計4日間で40名の出席により、米を蒸かし、麴をつくり、大豆を蒸し、そして大豆を潰し麴と塩とを混ぜて仕上げました。味噌づくりも長年続けており、大平部会長の適切な指導のもと、部会員もかなり慣れた手つきで作業され予定通りの日程で終了しました。今回造られた味噌は、今年の秋には食べ頃になるとのこと。今回は、16名の参加者により4日間掛かり、何日も出席されました方々大変ご苦労様でした。大変おいしいと好評ですので、来年は多くの方々の参加をお待ちいたします。



## ふれあい広場 開催



2月18日(水) 今年度第6回目の「ふれあい広場」を開催しました。今回は「石川・山橋かるたを楽しもう」がテーマで第2班(渡辺 實班長)が担当しました。参加者は、利用者が11名、ボランティア8名、その他4名 計23名で開催しました。今回は山橋流かるた取りが行われ、お年寄りとはいえ白熱した取り合いが見られ三回戦行いまして、金メダルは高原トク子さんで19枚獲得しました。そして、お待ちかねの昼食はカレーライスとハウレン草のお浸し、ヤクルトとチョコがデザートとして出されました。今回誕生日を迎えられた方は、大竹眞佐子さん、小豆畑ヨシ子さんの2名でした。おめでとうございます。和やかなうちに時間となり解散致しました。



(山橋流カルタ取りの写真)

## 【健寿大学】講演会開催

## 山橋長寿会連合会



2月20日(金)山橋長寿会連合会(水野英也会長)で今年度2回目となる健寿大学講演会を開催しました。講師は、東京いわき石川会名誉会長、東京福島県人会副理事長、(有)繁事務所代表取締役を就任されてます川島信治先生より、「未来は開ける 元気回復を目指す石川町の処方箋」をテーマに1時間30分間講演されました。石川町町勢の現状、石川町が元気に回復する為の処方箋、そして石川町の未来についてこと細かく貴重な重要な講話を頂きました。参加者はセンター含めて23名の出席でした。

## 一般救急救命講習会開催

## 安心安全部会

2月21日(土)山橋地区自治協議会安全安心部会による「一般救急救命講習会」を石川消防署員4名の指導によりAEDの使用法、心肺蘇生方法の手順を全員が模擬人形を使い実施訓練を行いました。AEDの手順、心肺蘇生の手順は大きくは変わっていませんが、実際にそのような場面に立ち会った場合は、まずは落ち着いて廻りの方々に大きな声で知らせ、なるべく何人もの方を呼んで一緒に対処することが重要です。今回の参加者は11名と少人数でしたが、このような講習会は何度でも受講し、体で覚えることが大切だと思います。



模擬人形を使っての実施訓練



## 3月度の「ふれあい広場」案内



3月18日(水)今年度の最後のふれあい広場を開催します。3月度のテーマは「輪投げ大会」です。3月13日(金)ふれあい広場事前会議を予定しており、担当班は第3班(須藤一男班長)となりますので宜しくお願いします。尚、山橋ふれあい広場の役員会を3月11日(水)に令和7年度の事業経過報告と新年度の運営体制並びに、令和7年度の総会開催に向けての検討会が予定されておりますので、役員の方々の出席をよろしくお願ひいたします。

◎◎◎ 3月は出会いと別れの月であり懐かしい思い出歌唱として ◎◎◎

## 【 蛍の光 】

作詞 稲垣 千穎

曲 スコットランド民謡

1. 蛍の光 窓の雪 書読む月日 重ねつつ いつしか年も すぎの戸を  
開けてぞ今朝は 別れ行く
2. 止まるも行くも 限りとて 互に思う 千萬の 心の端を 一言に  
幸くと許り 歌うなり
3. 筑紫の極み 陸の奥 海山遠く 隔つとも その真心は 隔て無く  
一つに尽くせ 國の為

## 3月の主な行事

			11日(水)	18:00	ふれあい広場役員会
3日(火)	10:00	石川町長寿会役員会	13日(金)	13:30	さくら荘運営推進会議
7日(土)	13:30	夢工房ており	13日(金)	14:00	自治センター会議(沢田)
7日(土)	18:30	青少協役員会	13日(金)	18:30	ふれあい広場事前会議
10日(火)	13:30	南山形サロン	18日(水)	9:00	3月度ふれあい広場