



美和町 秋掛地区

集落支援だより

Vol.1
(R8.8月発行)

美和総合支所 地域振興課
美和地域 集落支援員 ファウラー
TEL: 96 - 1111
FAX: 96 - 0415

みなさん、はじめまして！

6月から鈴木さんの後任として着任しました、集落支援員のファウラー久美子です。カタカナの名前でなかなか馴染みがないと思いますが、ぜひ覚えていただけたら嬉しいです。これから阿賀地区と秋掛地区をしっかりサポートできるよう頑張っていきたいと思いますので、どうぞよろしくお願いいたします。

みなさんにお会いできるのを楽しみにしています！



集落支援だより 秋掛地域Instagram



AKIGAKE_MIWA

情報を発信しています。ぜひご覧ください。

秋掛地区より

少し前の話にはなりますが、6月14日(日)に開催された『子ども芸能大会』で、美和小学校の5・6年生15名と美和中学校の生徒5名が、秋掛太鼓を披露しました。私も自分の子どもたちを連れて見に行きました。練習のときから見守っていたため、「うまく叩けるかな...。バチを落とさないかな...。」とドキドキしましたが、小学校の児童、総勢15名で叩く太鼓と竹の音は、ステージの上ではさらに迫力がありました。中学生は人数こそ少なかったですが、しっかり音が響いていて落ち着いた演奏でした。どちらも練習の成果をしっかりと発揮できていて、素晴らしい演奏でしたよ。秋掛太鼓保存会の方々もありがとうございました！

今後も、美和で開催されるいろいろなイベントで、子どもたちの秋掛太鼓を見る機会があると思いますので、みなさんぜひ足を運んでみてくださいね。



サロン

7月1日には、保健師さんによる、『高齢者のための熱中症対策』をテーマにした講座が開催されました。美和も梅雨が明けて、蒸し蒸しする暑い夏がやってきました。「今年は涼しい夏になるのかな〜。」と、思っていました。早々に期待を裏切られました…。高齢者の方々は熱中症になりやすいというデータがあるので、みなさん気を付けながら、この夏を乗り切りましょう！

【熱中症予防のためにできること...】

- ・1日当たり1.2Lを目安にこまめな水分補給をしましょう。
- ・熱がこもらない服装(襟ぐりの開いた服、ゆとりのあるズボン、風通しのよいスカートなど)を心がけましょう。
- ・外では、帽子や日傘を使いましょう。
- ・冷たいものを持ち歩いて、からだを冷やすのに役立てましょう。
- ・室内は、エアコン等で適切な室温に設定しましょう。(夏は28度が推奨設定温度です。)



ABC!

サロンで英会話教室を始めました！私ファウラーが担当します。興味のある方はぜひ参加してみてくださいね！英会話以外にも、アメリカの国や文化も紹介していけたらと思っています。知りたいことや質問があれば、ぜひ教えてください！

ちこっと
豆知識

納豆



納豆は夜に食べると、血液をサラサラにしたり、成長ホルモンが分泌されることをうながしたり、快眠効果のある物質を生み出したりと、さまざまな良い効果があります。成長ホルモンは大人の方にとっては肌の代謝をうながしたり、免疫力を上げたりしてくれる存在になります。

今後の予定

- ▲ サロン「花令の会」
毎月第1・3水曜日
9:00～11:00
- ▲ 親子で作る竹のおもちゃ教室
8月2日(日) 8:30～12:00
- ▲ 納涼まつり
8月13日(木) 19:00～

