

# 3月号

# 山田交流センターだより

山田地区人口 1,196(1,200)人 世帯数 473(458)世帯  
・( )書きは前年同期の数字です。

## 第23号

令和4年3月1日発行  
山田地域づくり協議会  
☎0763-52-4559  
メールアドレス  
yamada.kmn@gmail.com

## ◎フレイルサポーター研修会

## 大塚・柳堀自治会「フレイル測定会」実施

健康福祉部会



2月19日(土)、山田交流センターにおいて、フレイルサポーター研修会及び大塚、柳堀自治会の高齢者の健康チェックを行う「フレイル測定会」を山田地域づくり協議会として実施しました。

初めに山田地区サポーター全員が集まり、南砺市の講習会で教わった、測定時のポイントの確認、フレイル予防体操、貯筋体操を実施して、サポーター能力向上を図りました。

この後、大塚、柳堀自治会のフレイル測定会を実施しました。参加者は13名で、初めに長澤孝司リ

ーダーから笑いを入れながら、導入説明を聞いて和やかな雰囲気になった後、サポーターによる簡易、深堀チェック（日常生活や運動、社会参加など）の項目に回答しました。その後、器具を使って握力や筋力、活舌（口の動き）の測定、片足で椅子からの立ちあがりなども実施しました。

一通りの測定が終わった後、足と手をリズムに合わせて動かすフレイル予防体操、音楽に合わせて手足を動かす貯筋体操の実施等、多くのメニューを実施しました。

今回、南砺市地域包括ケアセンターの保健師2名が測定会に参加されました。保健師からは、フレイル測定会の進行、測定についての感想、助言を頂きました。

測定会は、高齢者の健康寿命の延伸に加え、サポーターにとっても生きがいづくりになる効果も期待されています。この後、令和4年度も実施しますので、まだ未実施の自治会の参加をどしどしお待ちしております。



## ◎ヘルスボランティア研修会を行いました

ヘルスボランティア

1月27日(木)午前10時より山田交流センターホールにて研修会を行い、12名の参加がありました。南砺市民病院看護師長・緩和ケア認定看護師野原涼子さんと南砺市訪問看護ステーション主査・緩和ケア認定看護師吉田裕美子さんから、「人生会議ってな～に？」の講座を受けました。



誰しもが家族や親族、友人等の人生の終末に接した事があると思いますが、命の危険が迫った状態になると、約70%の人が医療やケアについて自分で決めたり、人に伝えられなくなるといわれています。

ですから日ごろから、自身が大切にしていることや望み、どのように医療やケアを望んでいるか自ら考え、また自身の信頼する人たちと話しあうことが大切なのだとなりました。

## ◎みんなの笑顔と喜びの場、縄蔵いきいきサロン



2月4日(金)縄蔵公民館で新型コロナ対策を取りながら「縄蔵いきいきサロン」が行われ、12人の参加がありました。

藤本わかば会の倉田さんが「福光音頭」「福光めでた」など地元ゆかりの民謡を三味線で披露され、参加者は三味線の音色を楽しみました。

まだまだコロナ禍が続いていますが、「みんなの笑顔と喜びの場をつくるため今年もがんばります。」とサロンの代表岩佐文男さんは述べられていました。



## ◎広報誌の新名称の募集期間を延長します!!

山田地域づくり協議会では、令和2年4月発足から5月号を第1号として「山田交流センターだより」を発行してきましたが、この度、山田地区にふさわしい新名称を募集することにいたしました。皆さまから、より親しみのある名称を数多くお寄せください。名称採用者には粗品を進呈します。応募期間を延長します。3月15日まで。

## ◎第 71 回富山県をよくする会表彰を受賞!!

1月27に富山県をよくする会の表彰者の発表がありました。生徒会活動やボランティアなどに熱心に取り組んだ中学生19人と19団体の功績をたたえました。



個人の部

竹田 航輝 君 (大塚・吉江中学校3年)

## ◎坂井さん夫婦が農政局表彰を受賞されました!!

男女共同参画

この度、北陸農政局の農山漁村男女共同参画優良事例表彰を受賞されました。大塚の坂井さん夫婦は、2003年に夫婦で家族経営協定を結び、共同経営者として「ログログファーム」を運営され、ビニールハウス16棟とピザ作り体験施設を持ち、約50種類の野菜苗と160種類の野菜を栽培されています。



坂井 晋さん、智子さん 夫婦 (大塚)

## ◎山田寿福大学2月講座

### 「JA 福光の現況と今後の目標」

寿福会



寒さ厳しき折、2月22日(火)寿福大学2月講座を開催いたしました。

当日は、朝から警報級の雪が降り、受講生の集まりはどうかと危惧しておりましたがたくさんの受講生に来ていただきました。

JA福光の管内では任意協業組合(法人化していない営農組合など)の数が少なくなり法人協業組織が増えてきています。コメの作付面積は、主食用米はあまり変化がな

く、日本酒の消費低迷から酒米が大きく減ってきている現状だそうです。また米価については民主党政権時のH26に1万1千余り円ほどに下がった時期があって、そのあと値を戻しましたが、昨今のコロナ禍による需要落ち込みで昨年は当時よりさらに下落しています。

今後の農業経営についてスマート農業の取組を進め低コスト化・省力化へ農協としても協力していきたいとのことでした。組合長自らもスマート機器を圃場の水管理に使ってみたいと意欲を話されました。

1時間ほどの講義を終えて趣味のマンドリン演奏を披露され、聴講生の大きな喝采を浴びておられました。聴講生には「一粒で二度おいしい」講座となり満足して帰途につかれました。



# ◎「新型コロナワクチン 3 回目接種」の予約の お手伝いをします!!

～山田地域づくり協議会ではインターネットで予約代行します～



★接種券を持参!!

山田交流センター

予約代行時間 9:00～17:00 (土・日・祝は休み)

# ◎「名曲いっぱいコンサート」を開催します♪

★ 2/27 (日) 13:30～

★ 山田交流センター ホール ★ 無料

★ 先着 50 名 (申し込みが必要です。)

★ マスク着用 (37.5℃以上の方はご遠慮ねがいます)

演奏 「シェアリング・アンブレラ五重奏団」

## 主な演奏曲

- ・ スケートーズ ワルツ 弦楽四重奏
- ・ それゆけ! アンパンマン 勇気リンリン
- ・ 映画「アナと雪の女王」
- ・ 川の流れるように
- ・ 情熱大陸
- ・ 他 7 曲
- ・

★新型コロナウイルス感染症の状況により中止となる場合があります。



## 3月の行事予定



3月	日	曜日	時間	行事	団体
	1	(火)	14:00	寿福大学「薬のはなし」	寿福会
	5	(土)	14:00	地づくり協議会 研修会	地域づくり協議会
	12	(土)	13:30	寿福会 追悼法要	寿福会
	15	(火)		卒業式	吉江中学校
	17	(木)		卒業式	福光東部小学校