

2月



# 庄野まちづくりだより

こちらのインスタのQRコードで「庄野地区まちづくり協議会」の活動内容がご覧になれます。フォローをお願いします。

第117号

令和8年 2月20日

発行 庄野地区

まちづくり協議会

TEL : 059-324-0955

FAX : 059-378-4902

## 野菜づくり教室 参加者募集

代表者 松井 淳

自分の手で育てた野菜を食べたい方、是非参加してください。ナス、キュウリ、ピーマン、オクラ、ブロッコリー、サツマイモ、大根、白菜等々を自分で育ててみませんか。お申込みは324-0955 小林まで 不在の場合は留守番電話に連絡先を入れてください。どうぞよろしくをお願いします。

畑の場所・・・白鳳クリニックの近く



## R7年 12月 18日 市民健康講座

「認知症について今こそ知ろう」受診のタイミングとは・・・ 総務広報部M.M

### 複雑な「軽度認知障害の症状とは？」

- ① 判断がうまくできない（詐欺・買い物等）
- ② 趣味や活動への興味が薄れる。
- ③ 同じことを（質問・話・説明）何度も言う。
- ④ 道具・家電・機械の使い方を覚えられない。
- ⑤ 正しい年・月を忘れる。
- ⑥ 複雑な財産管理に苦勞（家計簿・納税他）
- ⑦ 予約や約束を忘れる。
- ⑧ 理解力の低下や物忘れが日常的。

左項目判定目安

1つまで正常

5つ以上で認知症



### 認知症を予防する。

- ① 教育機会・脳を刺激する活動
- ② 補聴器の使用
- ③ うつ病治療
- ④ 運動適正
- ⑤ 体重維持・肥満治療・糖尿病予防
- ⑥ 中年高コレステロールの発見治療
- ⑦ 視力低下の早期発見治療
- ⑧ アルコール摂取を控える
- ⑨ 禁煙 良い空気
- ⑩ 社会活動への参加・独居孤立回避

鈴鹿回生病院 脳神経外科 賀川部長より

## 庄野地区まちづくりカレンダー 3月

日	曜	行事	日	曜	行事
2	月	自治会連合会理事会	13	金	ふれあいサロン「うた声エール」
3	火	いきいき教室 正副会議	18	水	まちづくり協議会 役員会
4	水	庄野小学校パトロールの会	20	金	ふれあいサロン「リオのつどい」
5	木	はつらつ教室	21	土	汲川原ふれあいサロン「福寿会」
6	金	ふれあいサロン「オムのつどい」	28	土	まちづくり応援補助金 実績報告会
9	月	子育てサロン「うりんこ」			

## 12/26 三重大学北勢サテライト市民公開セミナー (鈴鹿市文化会館にて)講演より

### 異常気象の未来予測・・・立花教授

春と秋が消えて二季になる、温室効果ガス増加にともなう地球温暖化は世界の中でも地理的観点から日本が一番影響を受けている。ここ数年の猛暑や異常気象はそれが要因です。偏西風蛇行や海面水温上昇も大きく影響している。今や「気候災害」と呼ぶ状況、温室効果ガス削減に日本は世界のリーダーシップを取らねばならない。異常気象は日本の国力を弱める



### 巨大災害に備える・・・南海トラフ巨大地震・川口教授

1954年伊勢湾台風を契機に1961年災害対策基本法が出来た、それまではなかった。1950年建築基準法(旧耐震)その後1981年新耐震法ができたがこの30年間国は減災目標を立てたがそのようになっていない。津波の被害が出たところと出なかったところの差からもっと学ぶ必要がある。地震が発生してからでは何もできない。起きる前に出来ることをしておく。能登半島地震も旧耐震基準の建物から多くが倒壊した。



## 1/15 市民健康講座「シルバー世代の眼の疾患 白内障」

### 桜の森眼科 一尾理事長

白内障



高齢者に多い白内障とは 75～79歳をピークに70～80歳代に多い疾患で症状としては「かすんで見える・二重に見える・視力低下・まぶしく見える」が主で、手術しか治らない。手術は目の中の水晶体(レンズ)を入れ替えることで5～10分ほどで痛みもなし、強い光をあてているので手術針も見えない(怖くない)。95%の人が日帰り1週間あけて左右順番に手術される方が多い。また眼内レンズも「多焦点・単焦点」等日常生活にあったものが選べます。眼内レンズは50年位もつので生活に不便を感じたら早めの手術を!!とのこと。桜の森眼科では年間2,770件の手術があり県内でも多い病院のようです

## 1/25 庄野宿資料館消防訓練(文化財防火デー)

庄野消防分団・庄野町自主防災隊・各自治会長他約50名参加

資料館での火災を想定して火災発見通報・初期消火・重要書類等搬出・消火放水等一連の1時間ほどの訓練が実施されました。この日はあいにく雪のふる中の訓練となりました。また消防分団の放水は近くの水路をせき止め何本かのホースを連結しての対応でした

