



#### なかよし会

#### 福祉部

5月10日(金)「なかよし会」が開催され、4組8名の参加がありました。今回はビューティペアの方2名に来ていただきマジックショーとバルーン作りで楽しませていただきました。「ドラえもん」の音楽を流しながら数本のひもを1本にしたり、



丸いレコード盤の両面に色がついており、回転させると色が変わったり、1枚の布から花が出てきたりして楽しそうでした。また、袋の中にハンカチを入れるとこいのぼりが出てきて不思議そうでした。バルーン作りでは、多くの風船が割れてびっくりしながらも上手に動物ができました。次回は、6月14日(金)歌って遊ぼう ミュージックボックスの予定です。

#### 小学校1・2年生の食育授業

#### 農業振興部



雑草が茂っていたので刈り取り



肥料を入れて耕しました



畝を作りマルチをはりました

4月27日(土)と5月5日(日)農業振興部の皆さんが、小学校体育倉庫の裏(西側)の畑の草刈りと整備を行い、食育授業の準備をしてくれました。5月10日(金)の9:40ごろから1・2年生が畑にナスの苗をJA鈴鹿2名の方に教えてもらいながら植え付けを行いました。その後、落花生の苗も植え、落花生の種を一粒ずつ蒔いていました。水やりは、農業振興部の方がやり、子供たちはそのやり方を見ていました。ゴーヤは大人の人で通路側に植えました。次に校舎のほうへ移動し、ポットに土を入れてナス、ピーマン、ミニトマトの中から自分で選んだ苗を慣れない手つきで植えていました。1年生はポットに土を入れた後、朝顔の種を4個ずつ蒔いてPETボトルで水やりをしていました。みんな楽しそうに植えていました。夏野菜の収穫と朝顔の開花が楽しみです。



畑にナスの苗を植える1.2年生



ポットに植えた夏野菜



朝顔の種をまく1年生

裏面もご覧ください

## サロン井田川 in 小田町

福祉部



ロコモティブ  
シンドロームと  
骨密度測定



5月14日(火)小田町公民館において「サロン井田川 in 小田町」が開催されました。参加者は、12名でした。アルテハイム鈴鹿の理学療法士の先生からロコモティブシンドロームについてのお話と骨密度の測定をしていただきました。年齢を言って超音波骨密度測定装置に、はだしになって乗せると結果表が測定データとして出てきます。結果表の数値について先生からいろいろアドバイスを受けていました。ロコモ度テストは25個の質問があり、その答えの点数が0点～4点ありすべての合計が7点以上～16点未満はロコモ度1、16点以上～24点未満はロコモ度2、24点以上はロコモ度3となり、例えばロコモ度2の人は移動機能の低下が進行している状態だそうです。また、2ステップテストは出来るだけ大股で2歩歩いて距離を測定し、その長さ(cm)を身長(cm)で割るのです。例として2歩幅(230cm)÷身長(178cm)=1.51となりこれが2ステップ値となります。この値が1.1以上～1.3未満はロコモ度1、0.9以上～1.1未満はロコモ度2、0.9未満はロコモ度3となり、ロコモ度3の場合は移動機能の低下が進行し、社会参加に支障をきたしている状態だそうです。最後におしりとふくらはぎの筋肉を鍛えるために、体を倒さずに片方のかかとを上げる運動について指導をしていただきながら全員で行っていました。お疲れ様でした。次回は、6月19日(水)内容は同じで中富田町の山で開催の予定です。

## 高齢者懇談会「耳で楽しむ読書」

福祉部

5月20日(月)人権尊重まちづくり講演会が開催され32名の参加がありました。今回は読書アドバイザーの方に来ていただき、「恩愛 父の心 母の心」を題材にして芥川 龍之介の「捨て子」と、向田邦子の「字のない葉書」を、BGMを流し臨場感あふれる朗読による読み聞かせをしていただきました。また新美南吉のきつね三部作の1つ「きつね」と絵本「七どぎつね」も朗読していただきました。親が子を思う心の尊さを感じられる講演でした。次回は、6月17日(月)高齢者お楽しみスポーツゲームの予定です。



## 令和6年度鈴鹿地区交通安全大会

地域安全部



5月25日(日)午後1時45分から鈴鹿市ふれあいホールにおいて令和6年度交通安全大会が開催されました。鈴鹿市交通指導員によるアトラクションがあり、交通安全協会副会長、鈴鹿市副市長、鈴鹿警察署長の挨拶の後、交通安全功労者の表彰がありました。



## 6月度の行事予定

- 6/6(木)・20(木) 配本/ふれあいライブラリー 井田川公民館 13:30～14:00
- 6/14(金) なかよし会 歌ってあそぼう ミュージックボックス 10:00～ 井田川公民館 〈福祉部〉
- 6/17(月) 高齢者お楽しみスポーツゲーム 10:00～11:30 井田川公民館 〈福祉部〉  
パターゴルフ・バグジー・ペタンク・輪投げの4種目
- 6/19(水) サロン井田川 in 中富田町の山 中富田山公民館 10:00～11:30 〈福祉部〉  
ロコモティブシンドロームと骨密度測定
- 6/24(月) メロディ教室 10:00～11:30 井田川公民館 〈井田川公民館〉