



**黒沢まちづくり委員会コーナー NO. 131**  
 黒沢まちづくり委員会  
 ー 健康福祉部会 部会長 三浦 早苗 ー

今、コロナ禍で自粛生活が求められ、誰もが先行きについて不透明感を持ち、生活が一変しました。黒沢地域は高齢者の多い地域です。高齢者の方々がフレイル（虚弱）になったり、認知機能が低下したりしないかと不安がいっぱいです。そのため、身体を動かし免疫力を高めること、食事をしっかりとること、好きなことを楽しむなど、自分に出来ることをしましょう。

私たちの生活の基本は、**衣 食 住** そして **医療** が守られることで成り立っています。

健康福祉部会では、配食弁当事業を計画していますが、まずは地域の皆様のご意向を把握するために **意向調査** をさせていただくことにしました。

後日、アンケート方式で実施します。  
**持続可能な地域を目指すための取り組みです。**

是非、ご理解とご協力をお願いします。



**STOP! あおり運転!!**

道路交通法改正で、妨害運転罪が創設されました！  
 「あおり運転をした場合」

- ① 妨害運転(交通の危険のおそれ)  
 3年以下の懲役又は50万円以下の罰金  
 「あおり運転のせいで危険が生じた場合」
- ② 妨害運転(著しい交通の危険)  
 5年以下の懲役又は100万円以下の罰金



未だに見通しが立たない、新型コロナウイルス感染拡大の怖さ。見えない感染力に、田舎にいる私たちもいつ襲ってくるかと気が気ではありません。かといって、何もかも自粛して家にばかり閉じこもっていると、高齢者の方は足腰どころか、気持ちまで弱ります。「家に一人っていると、一日中話すこともなく、よけいにボケてしまいがね。」と聞かされてきました。買い物にもマスクは手放せません。咳をするとまわりから睨まれてしまいませんか？変な時代になりました(笑)。これからますます暑い日が続きます。適度な運動・栄養のある食事・ぐっすり睡眠をとり、コロナ対策と熱中症には十分気を付けて毎日元気に過ごしましょう！

七月はじめ、雨が降るたび台所の雨漏りがひどくなり、洗面器を置きながら食事をしていました。雨漏り一つでも気になりながら苦戦していた始末です。この度の大雨で被害に遭われた方のことを思うと、ゆっくりに布団で寝られることは、なんて幸せなことなんだろうと改めて思いました。いつ何が起きるかわかりません。地域で声を掛け合い助け合いましょ。

(直)

8月の公民館行事・利用予定表/主な公民館事業予定		
日にち	曜日	葉月(はづき)
1	土	職員不在日 /三隅小学校・三隅中学校 夏休み
2	日	休館日
3	月	
4	火	
5	水	パソコンクラブ 9:00~
6	木	
7	金	はつらつ健康教室 9:30~
8	土	職員不在日
9	日	休館日
10	月	祝日休館日(山の日)
11	火	
12	水	
13	木	お盆の入り
14	金	
15	土	職員不在日
16	日	休館日 送り盆
17	月	
18	火	/第10回「協働のまちづくり推進条例」 検討委員会
19	水	
20	木	
21	金	はつらつ健康教室 9:30~
22	土	職員不在日
23	日	休館日
24	月	/三隅小学校・三隅中学校 始業式
25	火	
26	水	パソコンクラブ 9:00~
27	木	ラブック号 15:00~15:30
28	金	はつらつ健康教室 9:30~ 介護予防体操 9:30~
29	土	大人のぬり絵教室 9:00~ 職員不在日
30	日	休館日
31	月	

「黒沢まちづくり委員会からお知らせ」  
 「黒沢のご屋」は、9月30日(水)までお休みいたします。ご了承くださいませ。