

吉里吉里第2、第3仮設団地（浪板）

ラジオ体操で丈夫な体作り



これから、もよろしくお願ひします！！



(上) 写真の枠におさまらないほど集まりました
(下) 25ポイント、50ポイント、75ポイントで景品交換もできます



今回は、浪板仮設団地のご紹介をします。ここでは、今年7月からラジオ体操の取組みを始めた。毎日平均で20名ほど集まり、雨の日は人数が少ないながらも室内でも行うほど好評です。最近、寒くなっ

てきましたが、それでも集会所前のベンチに座り、ラジオ体操が始まるまで住民さん同士でお話しをしながら待っています。ラジオ体操して、体の調子はどうですか？と聞いてみると「気持ちがいいなあ。おらあ八十八歳になっけど、やる日とやらない日では全然体の軽さが違う」と肩を大きく回して見せてくれました。

くらしの知恵

大槌町内5つの病院の先生に聞いた！

今、気になる流行の病気とその予防法

一気に冬の到来ですね。この時期になると、いろいろな病気が流行しだし通院の回数が増えます。今回、大槌町内の全ての病院の先生にご協力いただき、今どのような病気が多いのかと予防法を伺いました。

警戒すべきはコレ！！

- ノロウイルス
主な症状 下痢、嘔吐、発熱
⇒処理はゴム手袋やマスクを着用し塩素系漂白剤を用いて処理する。
●インフルエンザ
主な症状 高熱 38度以上、関節痛 全身の倦怠感など
⇒上記症状を疑ったらすぐ病院へ。

かぜ症候群、ノロウイルス、RSウイルス、手足口病。他に、季節を問わず生活習慣病などもあげられました。冬になると話題にあがる病気もすでに町内で少しずつ見られるようです。そこで病院の先生方に教えていただいた予防法を紹介いたします。

うがい手洗いほどの病気に對しても基本的には有効な予防法です。帰宅後、食事の前など、できるだけこまめにすると、より効果的だそうですよ。その他に通院や外出の際はマスクをしましょう。感染の有無に関わらず、マスクを着用すること「咳エチケット」とい

Information

●音楽療法

- 【日時】12月8日 16:00~17:00
【場所】安渡第2
【日時】12月11日 13:00~14:00
【場所】エコハウス
【日時】12月11日 15:00~16:00
【場所】小槌第5
【日時】12月22日 16:00~17:00
【場所】吉里吉里第2

●香港ボランティアさんのクリスマス会

- 【日時】12月9日 10:00~12:00
【場所】小槌第7
【日時】12月15日 10:00~12:00
【場所】吉里中グランド

●大槌産のそば粉を使って、そば打ち体験教室

- 【日時】12月17日 11:00~14:00
【場所】おらが大槌町方ドーム
☆注 要予約Tel.0193-55-5120 担当 田中まで
※予定が変更となる可能性もございますので、ご了承下さい。

編集後記

皆さん、今年は紅葉を見に行きましたか？

私は、今まで大槌でこんなに綺麗な紅葉を見れると知らずに過ごしてきた事をもったいなかったなと思いました。大槌のど真ん中にある事務局からも、一歩外に出るだけで紅葉を眺めることができました。特に、マスト側の山の斜面はなんとも言えない良い眺めでし

た。そのうち雪が降って、赤や黄色に色づいたこの景色が真っ白に変わるんだな...と思うと、寒い冬もなんだか待ち遠しくなっていました。

改めて、ここは海と山に囲まれた良い土地だと思います。まだまだ私の知らない大槌の良い所がたくさんあるんだろうな。

(K)
ご意見・ご感想は、こちらまで。
大槌町上町1-6/0193-41-2780
otsch.info@gmail.com

今月のスマイル

子育て支援センターかりん
楽しいことが必ずある!!!



ここで僕たちと一緒に遊ぼう！待ってるよ~☆

子育て支援センターかりんを知っていますか？ここは、保育園や幼稚園に通っていない未就学児の親子を対象とした施設です。今は、大槌産業

場」の他に、日々子育てを頑張っているママの為に企画された「かりんカフェ」、お誕生日のお友達を皆でお祝いする「お誕生会」など、いろんな

復興団地（柵内）の一角にセンターを構え、平日9時30分から16時30分まで無料で開放されています。自由に遊べる「のびのび広

イベントが開催されています。「公園を含め遊ぶ所が無くなってしまった大槌で、今小さい子を持つお母さん達が子

供を遊ばせ、ママ同士の繋がりを作るきっかけの場所として、かりんを復活できたのは嬉しい」と八木澤園長は言います。家で子供と二人っきりの時間が長いという方がたくさんいると思います。ここにきて我が子のいつもと違う一面を見てみませんか？
ここを利用していらっしゃるお母さん達は、「もっと早くここに来なければよかった」や「午前中ここでいっぱい遊ぶと昼寝の時すんなり寝てくれて、子供の生活リズムの一部にもなってる」と言っていました。
まずは、かりんのドアを開けて「こんにちわ！」と行ってみてください。子育てに対する悩みを一緒に解消し、リフレッシュしましょう。皆さんの利用を待っています。