



▲遠藤町長から町消防団への引渡し

新 車両の配備

=消防ポンプ自動車引渡式=

町消防団第二分団のポンプ自動車が新しくなりました。新車両の引渡式は、9月29日(土)、町公民館で行われました。初めに、遠藤町長から大河原正雄消防団長へ引渡しされ、大河原正雄消防団長から第二分団へ配備されました。式では遠藤町長が「最新車両に更新され、万が一の災害発生には大いに役立つと確信しています」とあいさつしました。

保田広隆第二分団長は、「予防消防に一層取り組んで参ります」と意欲を見せていました。

島 田洋七さんの講演で大爆笑

=平成24年度文化講演会=

町文化講演会実行委員会主催の鏡石町制施行50周年記念事業「鏡石町文化講演会」は、漫才師の島田洋七さんを講師に迎え、10月4日(木)鏡石中学校体育館で開催されました。

演題は、著書の題にもなっている「佐賀のがばいばあちゃん」で、強くたくましく生きてきた洋七さんの体験談を面白おかしく講演されました。

当日は、約500人が来場し、洋七さんの講演に会場は爆笑の嵐に包まれていました。



▲会場を爆笑の嵐に包んだ島田洋七さん



※冷えたコンポートは一口大に切って、ヨーグルトに混ぜて食べても美味しいです。

- ①りんごを4つ割りにして芯を取って皮をむきます。
- ②耐熱容器に並べ、砂糖・水・レモン汁をふりかけ、ラップをかけ、電子レンジ(600W)で3分加熱します。
- ③上下を返して、ラップをかけた3分加熱します。
- ④粗熱が取れたら、冷蔵庫で冷やします。

旬の果物りんごには、生活習慣病を予防する成分がギュッと詰まっています。食物繊維のペクチンは、腸内でコレステロールを包み込んで、体外に排泄する働きがあります。カリウムは体内のナトリウム(塩分)を排泄する働きがあり、高血圧予防に効果があります。また、酸味のもとであるクエン酸とりんご酸は疲労回復・食欲増進効果があります。ただし、果糖も含まれますので食べ過ぎに注意しましょう。

《作り方》

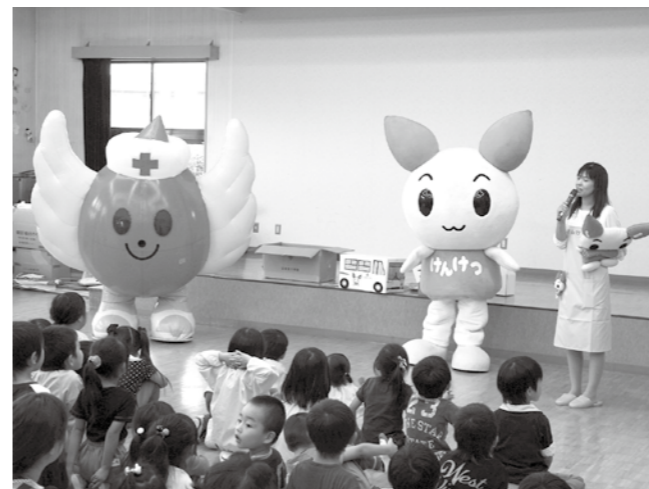
- ①りんごを4つ割りにして芯を取って皮をむきます。
- ②耐熱容器に並べ、砂糖・水・レモン汁をふりかけ、ラップをかけ、電子レンジ(600W)で3分加熱します。
- ③上下を返して、ラップをかけた3分加熱します。
- ④粗熱が取れたら、冷蔵庫で冷やします。

4人分

今月の健康メニュー

「りんごのコンポート」

電子レンジの活用



▲きびちーちゃんとけんけつちゃんから献血を学ぶ園児たち

献 血って大事だよ

=幼児献血教室=

9月27日(木)に鏡石保育所、10月2日(火)に鏡石幼稚園で幼児献血教室が行われました。

この献血教室は、震災後に献血の実施率が他市町村で減少していることから、幼児期から献血に関心を持たせ、実施率の向上を目指して開催されたものです。

講師は町健康福祉課職員、福島県赤十字血液センターの皆さんで、園児たちはきびちーちゃん(きびたんの献血バージョン)が登場する劇や血液の種類の話を実際に学んでいました。

また、献血教室の最後にはけんけつちゃんから風船とボールペンのプレゼントがありました。

まちの話題フォトアルバム

教 育行政に尽力いただき感謝

=監査委員・教育委員辞令交付並びに感謝状贈呈式=

10月1日(月)、町役場において、監査委員・教育委員辞令交付並びに感謝状贈呈式が行われました。

式では教育委員の任期満了となり退任することになった吉田栄新さんに感謝状が贈られ、遠藤町長が「町の教育行政にご尽力いただきましたことに感謝の意を表します」と話されました。

なお、吉田栄新さんの退任により、塩田重男さんが新たに教育委員に選任され、常松ゆかりさんが再任されました。塩田さん、常松さんの任期は平成24年10月1日から4年間です。

また、監査委員の根本次男さんが再任となりました。根本さんの任期は平成24年10月1日から4年間です。



▲遠藤町長から感謝状を受領する吉田栄新さん

体 操で健康づくり

=ラジオ体操・みんなの体操講習会=

10月11日(木)、ラジオ体操講習会が鳥見山体育館で開催されました。

町では、今年度から福島県被災地健康推進事業の一環として、「ラジオ体操・みんなの体操」の普及を図り、地域の健康づくりを推進しています。

当日は約70人が参加し、講師の岡本美佳さん(現NHKテレビ体操指導者)と有賀暁子さん(現NHKテレビ体操アシスタント)のお二人から、効果的な体操の仕方を教わりました。

また、体操講習会終了後は、かがみいしスポーツクラブによるノルディックウォーキング講習会も併せて開催されました。



▲体操で心地よい汗を流す参加者の皆さん