

奈川のたより

2023年 **6** 月号

奈川地区福祉ひろばが移転しました

3月27日(月)より、奈川地区福祉ひろばが、「文化センター夢の森」の図書室あとに移転し、事業を行っています。どなたでも参加できますので、ぜひご利用ください。



5月12日(金)に行われた「けん玉を使った健康体操」の様子。けん玉を使って体を動かしたり、ゲームをしたりして楽しみました。

奈川地区のクマガイソウとアツモリソウ

クマガイソウとアツモリソウは、ラン科の植物で、4月から6月にかけて、花を咲かせます。どちらも袋状の花が特徴的で、花の形をくまがいなおさね たいらのあつもり ほろ 平家物語に登場する熊谷直実と平敦盛の母衣に見立て、名前がついたと言われています。

古くから日本に自生する植物ですが、森林伐採による生育地の減少や、園芸用の採取により、自生数は減っています。大切にしていきたい奈川の自然のひとつです。



(左)アツモリソウ、赤紫の花が咲く。(右)クマガイソウ、扇形の葉が特徴的で薄いピンクがかかった花が咲く。

●奈川診療所からのお知らせ●



休診日のお知らせ 6月1日(木)

休診とさせていただきます。よろしくお願いいたします。

6月の高木先生の診察日 6月14日(水) 9:30~11:30

お間違えのないようにお願いします。

奈川診療所長 三澤 俊一 (TEL:79-2301)

— 診療所医師の自己紹介 —

今月から診療所に勤務する医師の自己紹介をしていきます。第1回は所長の三澤医師です。

名前	三澤 俊一 (火曜日)
出身	長野県信濃町
出身大学	自治医科大学
専門	消化器 一般外科
趣味	野球 スキー



三澤医師(左)と歯科の小淵医師(右)、診療所スタッフ(後列)

~メッセージ~

美しい奈川の自然の中で、みなさまの健康を守るために、微力ながら尽力したいと思います。どんなことでもお気軽にご相談ください。

何卒よろしくお願いいたします。

第2回もお楽しみに！

クマ出没にご用心！

クマが活動する季節になりました。クマは山菜を好むので、山菜採りの際は、十分ご注意ください。



クマに出会わないようにするために

- 山に入る時は、鈴やラジオなど音の出る物を身につけ、人の存在を知らせましょう。「沢浴い」や「山の尾根を越えるとき」は音が伝わりにくいため、特に注意が必要です。
- 「明け方」や「夕暮れ時」はクマの活動が活発になります。人家付近であっても、この時間帯に散歩する場合は、必ず鈴やラジオなどの音の出るものを携行しましょう。



市では目撃情報をもとに注意喚起を行っていますので、見かけた方はご連絡いただきますようお願いします。

森林環境課 (TEL:78-3003)
奈川地区地域づくりセンター (TEL:79-2121)



集まれ！福祉ひろばへ♪

ふれあい健康教室

日時 6月9日(金) 午前10時20分～11時20分
 場所 福祉ひろば
 内容 スマイル山雅健康教室



©2011 YAMAGA



松本山雅の選手・スタッフから、健康体操を教えてください。自車でお越しの方は、ご近所、お友達を誘っておでかけください。



※ 市営バスを使ってひろば事業に参加してください。

- ・ 川 浦 午前9時10分発 ➔ 文化センター夢の森 午前9時30分着
- ・ 奈川渡ダム 午前9時54分発 ➔ JA スタンド横 午前10時7分 ➔ 文化センター夢の森 午前10時10分着

(最寄りのバス停で乗車してください。ご不明な点はひろばまでお問い合わせください。)

帰りは次のバスをご利用ください。

- ・ 文化センター夢の森 午前11時41分発 ➔ 川 浦 午前12時10分着
- ・ 文化センター夢の森 午前11時57分発 ➔ 黒川渡 午前11時59分着 ➔ 波田方面行



出張ミニふれ健

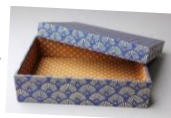
寄合渡公会堂 6月13日(火) 午後1時30分～
 曾倉公会堂 6月26日(月) 午後1時30分～



手作り教室(和紙を使った小物入れ)

日時 6月14日(水) 午前10時20分～
 場所 福祉ひろば
 持ち物 はさみ、目打ち(ある人)、ものさし

※ 5月19日(金)までに申し込まれた方が対象です。



健康とくらしの相談日

日時 6月26日(月) 午前10時～
 場所 福祉ひろば



※ 保健師・包括支援センター職員が秘密厳守で対応します。どんなことでもご相談ください。

健康づくりサポーター集会

※健康づくりサポーター以外の方もご参加いただけます

日時 6月19日(月) 午前9時30分～
 場所 福祉ひろば
 内容 「MEGURY(メグリー)」と「奈川を歩こう！！(奈川地区のマップ)」を使ってウォーキングをします。

「MEGURY」って、なに？

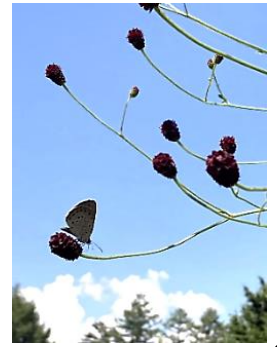
「MEGURY」はウォーキングを楽しむラインアプリです。スマートフォンをお持ちの方はお持ちください。スマートフォンをお持ちでなくてもご参加いただけます。

ワレモコウを刈らないで！

奈川地区に生息する天然記念物「ゴマシジミ」(蝶)は、7月～8月頃、ワレモコウの花に産卵します。

卵からかえった赤ちゃんはワレモコウの花をごはんにしてスクスク成長します。除草の際にワレモコウを刈らないようご注意ください。

今、絶滅の危機にさらされている蝶を守る活動に、みなさんのご協力をお願いします。



おかいもの



奈川小中学校 PTA 作業にご協力いただけるボランティア募集

日時：6月10日(土) 9時～

ご参加いただける方は、地域づくりセンターまたは奈川公民館まで申し込みください。(6月5日までに)

・ふるさと奈川をおこす会 (教育・健康福祉部会)

【申込先】奈川地区地域づくりセンター (TEL:79-2121)

奈川公民館からのお知らせ

今年の運動会は、9月9日(土)開催予定です。

文化祭は、11月3日(金)4日(土)開催予定です。



文化作品、農作物等の出展の準備をお願いいたします。

芸能祭も予定していますので、出演準備をお願いいたします。

— 夢の森ホール舞台設備講座&運営ボランティア募集 —

舞台設備の運営に興味のある方、文化祭等の舞台裏方に興味がありご協力いただける方は、この機会に是非お申し込みください。

申し込み締め切り 6月15日(木)

申し込み先 奈川公民館 (TEL:79-2121)

環境美化作業を行いました



5月13日(土)に、奈川地区町会連合会による環境美化作業が行われました。各町会長及び、センター職員計18名で田ノ萱から奈川渡ダムの間のごみ拾いをしましたが、空き缶やビン、ペットボトルだけではなく、炊飯器などの

家電製品や椅子など様々な種類のごみがありました。当日拾ったごみの量は軽トラック数台分に及び、モラルの低下が気になりました。