



講演する蓮尾所長

更年期を元気に過ごすために

3月6日、「更年期と心の健康」をテーマにしたこころの健康づくり講座が市民健康づくりセンターで開催され、約60人の市民らが、更年期を快適に過ごすためのヒントを学びました。

この日は、あおり女性ヘルスケア研究所の蓮尾豊所長が講師として登壇。更年期障害の要因や症状、その治療法のほか、症状に共通点が多いうつ病との関係性などについて講演しました。蓮尾所長は「更年期は誰にでも訪れるが、障害があるかは人それぞれ。更年期障害とうつ病は数値に表れないので、目に見えない本人の苦しさを周囲が理解することが大事です」と話していました。

半田センさん100歳おめでとう

半田センさん（木造平滝）が3月2日、めでたく100歳の誕生日を迎えられました。

大正7年生まれの半田さんは栃木県出身。「寒さと津軽弁に苦労した」と、嫁いだ当手を振り返ります。下駄づくりの職人だった亡夫・三次郎さんを支えながら、近所で農作業をして家計を助け、子ども3人、孫4人、ひ孫6人に恵まれました。現在は長男・進一さんと2人で、自宅で穏やかに暮らしています。

この日は、福島市長が半田さんの自宅を訪問。「大変なこともあったでしょう。まだまだ長生きしてください」と顕彰状を手渡しました。半田さんは「ありがとうございます。丈夫に生んでくれた親のおかげです」と話していました。



福島市長と握手を交わす半田さん



お互いの考えを話し合う参加者

災害時の素早い決断力を養う

木造農村環境改善センターで3月10日、「自主防災体験研修会」が開催され、市内の消防団員と自主防災組織会員ら約30人が参加。仙台市宮城野区職員で総務省消防庁「災害伝承語り部」も務める太田千尋さんを講師に迎え、カードゲーム形式の災害対応研修などを行いました。5人一組を作った参加者は「避難所に3万人、食料は2万食、あなたなら配る？」など、難しい判断を想定した問題にYESかNOのカードで素早く回答。答えが分かれる中、考え方が違うことを理解しながら、素早い判断力を養いました。太田さんは「災害時は難しい決断の連続。正解はないが、その判断にどんなリスクがあるかを日頃から考えておくことが大事」と話していました。

人と自然の共生を考える

岩木川の豊かな自然を活用した地域振興を考える講演会が3月10日、イオンモールつがる柏で行われ、市内外から訪れた約150人が、人と自然の共生について理解を深めました。

講演会では、「コウノトリと共に生きる」と題して、兵庫県豊岡市の石田敦史コウノトリ共生課長が基調講演。同市におけるコウノトリ野生復帰の取り組みや、コウノトリをシンボルにした農産物のブランド化、観光や教育分野での活用事例などを紹介しました。続いて、弘前大学農学生命科学部の東信行教授が、岩木川流域の食文化や希少な動植物など、その魅力を紹介。そのほか、五所川原農林高校など5つの団体が、岩木川流域での地域づくりの取り組みなどを報告しました。



石田コウノトリ共生課長の基調講演

自慢の凧、「ブンブ」うならせ

3月11日、稲垣凧の会（横山勇一会長）主催のつがる市稲垣凧揚げ大会が岩木川河川公園で開催され、県内外の32団体283人が、腕前を競い合いました。競技は凧の大きさや形で6つのクラスに分かれて行われ、凧揚げマナー、安定度、音の鳴りなどを審査。昨年に続き、風が弱く凧揚げには難しいコンディションでしたが、参加者は青空に向かって彩り豊かな凧を揚げ、自慢の技で津軽凧特有の「ブンブ」という大きな音を鳴らしていました。

結果は次のとおりです。(敬称略・最優秀のみ)

子供の部：櫻井瑛太、一般A：太田清彦、一般B：古川ひとみ、一般C：外崎勝博、団体D：尾上凧の会、創作凧の部：三橋春一
※AからDは、Dクラスが一番大きいサイズ



青空に自慢の凧を並べる参加者



講演する元村理事長

住み慣れた家で最期を迎えたい

「家で最期を迎えたい」という本人や家族の希望をかなえることをテーマに、在宅医療・介護に関する市民公開講座が3月11日、松の館で開催されました。

講座では、医療法人誠仁会尾野病院の元村成理事長が、在宅医療の現状について講演。希望者が多い在宅医療が普及しない要因として、24時間体制の医療機関が不足していることなどを上げました。講演後は、つがる市民診療所の一戸久人所長や訪問看護ステーションにじの樹の加福かすみ看護師らがステージ上に加わり、訪問医療と訪問介護の現場について会場で話題提供。訪れた165人の市民らと一緒に、人生の最期まで安心して老いられる地域づくりについて考えました。

新入生児童の安全に役立てて

株式会社伊藤鋳業（増田教正代表取締役社長）が3月14日、市に防犯ブザー200台を寄贈しました。

これは、同社の地域貢献活動の一環として平成28年から毎年行われているもの。市内の新入生児童全員（186人）に配布され、登下校時などの安全に役立てられます。この日、市役所を訪れた天坂順一常務取締役は「地元の企業として地域に貢献したい。子どもが安心して通学するために使ってください」と目録を贈呈。福島市長は「大事に使わせていただきます」とお礼を述べました。

葛西教育長は「子どもたちがブザーを正しく使えるように、各学校に指導をお願いしていきます」と話していました。



福島市長に目録を手渡す天坂常務取締役。
右は同社の神栄営業部長



全国への抱負を語った藤本君（左から2人目）。
隣は同校の正井忠男教諭、右は石田校長

柏中バスケット部・藤本錬君が県代表に選抜

柏中学校（石田陽一校長）1年の藤本錬君が、都道府県対抗ジュニアバスケットボール大会に出場する県代表メンバーに選抜されました。

藤本君は、身長178cmで走力にも優れたフォワードの選手。その身体能力と将来性が認められ、1年生から県代表の12人に選ばれました。

3月22日、藤本君は福島市長を表敬訪問し、3月28日から東京体育館などで開催される同大会への出場を報告。「成長するチャンスをもたらした。自分の力を最大限に出してチームに貢献します」と意気込みを語りました。福島市長は「認められた力を存分に発揮してください」と激励していました。