



ほほえみ

西和賀町婦人連絡協議会会報 第35号

令和7年3月1日

発行 西和賀町婦人連絡協議会
会長 照井 由美子住所 岩手県西和賀町上野々39-195-2
TEL 銀河ホール内 0197-82-3240

第十九回 志賀来ドーム
西和賀町 **きらめく女性** のつどい
今年度当番団体
西和賀町母子寡婦福祉協議会 淀川 京子
11月10日(日)

きらめく女性のつどいは、西和賀町内の女性団体が心を一つにしてつどいあい、女性の感性をさらに輝かせるとともに、西和賀町の新時代を創造する原動力となる事を目的として開催しています。今年度は初の試みで、スポーツ交流会を開催いたしました。農繁期の忙しい時期を終えてからの、寒い季節の開催にも関わらず、総勢65名の方々にご参加いただきました。交流会では、生涯学習課さんよりご協力いただき、スカットボール、ボッチャ、モルックの三種目を行い、初めて挑戦する方、何度か経験している方など、笑いの中での交流会になりました。会員が心一つになり、会を成功させる事ができ大変うれしく思います。ご来賓の方々はじめ、役員の方々には、朝早くからお集まりいただき、感謝申し上げます。これからも西和賀町の女性の原動力となれるよう、会員一同力を合わせ、頑張っていきたいと思えます。

研究主題「心身ともに健康な子どもの育成」「睡眠の力を引き出そう」とのさわうち病院、石亀慎也氏のお話があった。良い睡眠とはその人に合った睡眠時間×休養感である。自分の適切な睡眠時間を知る事が大事だ。次にぐっすり良く寝るための、睡眠前呼吸法をやってみよう。①足と足を合わせて座り目を閉じる。②鼻から4秒吸って口から6秒で吐く。5回くり返す。そしてお年寄りが注意したい事は、8時間以上の睡眠は死亡や認知症のリスクになる。30分以上の昼寝も同じだ。人と話したり集団での運動、レクリエーション活動は睡眠の質を向上させる。

次に講演「私の西和賀」と題してゆとりが丘クリニック、院長高橋邦尚氏からであった。昭和時代、湯本の旅館とタクシー会社出身の方である。①西和賀で過ごした日々：湯本温泉は賑やかだった。バス会社で旅館の人達が客引きをやっていた。旅館と言えど貧しかった。お盆には友達と墓に行き、カラスにとられる前にお供物を腹一杯食べた。学校で九十九が分らず不登校になった。先生も親も誰も騒がなかった。友達と温泉饅頭を食べ、たわいない話をして遊んだ。先生に「それがかけがえのない幸せ、思い出だよ」と言われた事が忘れられない。②仙台での中高時代③職務経歴は、岩手医大、駒込病院、米国ジョージンズホプキンス大学等④自分が病気になるって一身边整理をしている。⑤今西和賀町に想う事：家庭のしつけは厳しかった。人の物は盗るな、挨拶をする、食べ物に文句を言うな等々⑥これからの西和賀、北上市のベクトルタウンに？医療、福祉、介護、子育ては充実、最期まで暮らしていける町に...

私はこの町に生まれてきて良かった。

西和賀町 学校保健研究集会 に参加して

教養部 高橋 節子

1月11日(土)

会長 寄稿

一期一会



照井 由美子

数年前に沖縄へ旅行した時、市内巡りのバスに乗った。いつものように東北弁丸出しで話していると、後方の席に座っていた年配のご夫婦に声をかけられ「滋賀県に住んでいるが連絡先を教えてくださいませんか。」と言われた。突然で驚いたが、夫と二人で、旅先での出会いも何かの縁と話し、お互いの連絡先を交換し再会を約束して別れた。旅行から帰るとその方から小包が届き、自宅で採れた柿や琵琶湖の小魚佃煮と手紙が入っており、そこには楽しそうな様子をみて声をかけたとき書かれていた。すぐにお礼の連絡をし、私も田舎の産物を送り今も交流が続いている。このような出会いはこれまでもあって、九州や四国、北陸の人達との交流が二十年以上続き、その土地の風習や出来事を身近に感じ感謝を受けたり、お互いに励まし合う事も多々ある。これからも人との出会いを大切にして、新たな出会いにも期待しながら、楽しく過ごせたらと思っています。



下半期の主な活動紹介

赤い羽根街頭募金活動

10月5日



当日は天候にめぐまれ、観光客も多く、たくさんの方にご協力頂きました。みんなの善意が福祉活動の支え、一人一人のぬくもりに感謝です。

福祉まつり

9月28~29日



初めて湯田トレーニングセンターで開催され、多くの町民の方々に賑わっていました。町婦協は「ほほえみ」を展示し活動アピールしました。

子育てサロン

11月28日



11月の子育てサロンが新町保育所であり、参加しました。可愛らしいお子さん、園児のみなさんと楽しい時間を過ごしました。

タオル一本運動

11月12日



今年度は127枚のタオルを9ヶ所の介護施設に、配布することが出来ました。何とか継続して行きたいですね。施設で、縁のある利用者の方に再会し、笑顔で撮った一枚です。

西和賀町チャリティーショー

12月8日



年末に行なわれるチャリティーショー。毎年趣向を凝らしたアイデアや準備等いつも感心させられます。子ども達の可愛い決めポーズから、大人数でのダイナミックでノリノリの踊りまで、楽しく拝見させて頂きました。



あてがき

ドジャース、大谷選手の活躍は素晴らしい。日本のしかも岩手出身で今や誰もが認める、世界一魅力ある男性である。そして兄妹のような真美子さんと結婚！そんな話題にみんながどんなに勇気づけられていることか。

他国は戦争があったり、地域は人口減と暗いが、なんとか頑張っている。S・T

事務局..教育委員会生涯学習課銀河ホール

高橋 千賀子

〇一九七〇年二月三〇

題字..加藤 久子

印刷所..にしわがネットプラザ

〇一九七〇年二月三〇

