

## 買い物バス 12月9日から月1回の運行決定

町内会のふれあいサロンでも話題となった駅前のスーパー。店の品数が少なくなり、店がなくなるのではないかと心配しているとのことでした。私も利用しているスーパーで、特に対面販売をしている魚売り場が好きでした。そこで思い出したのが押上町会の買い物バスです。

買い物バスは、町内会、清華園、社会福祉協議会が協働してバスの運行を月に1回無料で行っているものです。社協と何度か協議し、民生委員の工藤和子さんの協力を得て、買い物バスの利用希望調査を行った結果、3人の希望者がおられました。

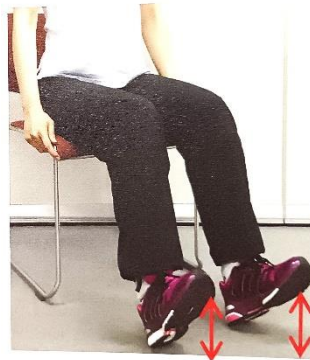
買い物バスには、添乗員が必要とのことですので、ヘルパーの資格を持つ私の奥さんをお願いしています。発車オーライです。



<写真は他の町のバスです>

## ジナプソロジー講習会 20人以上が参加 11月14日

社会福祉協議会の紹介によるジナプソロジー講習会が「ふれあいサロン」で開催されました。株式会社ルネサンスから講師の方が来られ、イスに座ったままで道具を使わないストレッチと筋トレについて学びました。



写真にある筋トレ種目は「すね」。つま先をあげる力を強化し、つまづきにくい歩き方に導くことがねらいです。動きは簡単で、かかとを床につけたまま、つま先を上げ、ゆっくりと戻します。注意すること

は、つま先を降ろす動作もゆっくりと行うことだそうです。このようにお家でもできることをたくさん学び


ました。これ以外には、脳トレとして、右手で円を描き、左手で四角を描くことにも挑戦しました。難しかったですが、取り組むことが脳の活性化に大事だそうです。間違えたら笑ってごまかす位が良いそうですよ。

## 田園大橋の上にクマがいた

## 11月19日の目撃情報

防災無線からクマの目撃情報が流れ、私の所にも市から情報提供がありましたので、通学路に立ってみました。上磯小学校の校長も通学路の巡回をしていました。校長の話では田園

大橋の下の河原にクマの大きな足跡があったそうです。その後、クマ情報はありませんが、冬眠しない熊もいるそうですので、気をつけてください。

クマに関する情報 (2025年4月から9月) \* \* \* \* \* 

○出没件数の多い都道府県 ※北海道は公表していない

岩手4499件で、秋田4005件、青森1835件、山形1291件。

**ばけばけ NHK 朝の連続テレビ小説から**

放送中の「ばけばけ」ですが、小泉八雲（ラフカディオ・ハーン）の妻・小泉セツがモデルだそうですが、原作はなくフィクションだそうです。タイトルの「ばけばけ」ですが、幕末から明治にかけての新たな時代に適応して生き抜いた人間の“化ける力”のすばらしさを意味していると言われています。

君のとなり歩くから 今夜も散歩しましょうか！



**<防災ニュース> 避難指示出たら サン・グリーン工場へ！**

要支援者支援については、7月30日の避難行動のように、ご近所や親戚等の協力によりお願いしたいと思っています。要支援者の中で車で避難ができない場合には、とにかく避難路となっている道路の歩道まで出てきてください。3町会での防災組織では、次年度についても要支援者支援と安心できる町内会の防災に取り組みたいと思っていますので、ご協力をお願いいたします。また、冬の災害へ備えをしておきましょう。停電時などは大丈夫でしょうか？雪道で転倒しないようにネ。吹雪での高規格道路、農道での走行注意です！



**令和8年は丙午の年 飛躍の年になりますように！**

「ばけばけ」ではありませんが、時代に対応した、町内会づくりを試みたいと思っています。今後ともお力をお貸し願いたいと思います。少し早いですが、よいお年をお迎えくださいネ。

写真 新ひだか町静内の真歌公園の牧場



- 3日(水) 広報の配布日
- 11日(木) 役員会 午後6時から林業センター  
ふまねっとの日
- 22日(月) ふれあいサロン交流日 (どなたでも参加できます)
- 28日(日) 資源ごみの日