

第4回 運営組織検討委員会



令和3年度から始まる地区センター業務委託について、9月25日(金)に検討委員会を開催しました。

業務委託を受ける運営組織を「松崎町未来づくり協議会(略称:未来協)(案)」とし、組織図や新たな規約について協議しました。

運営組織は4つの部会制とし、①地域振興部会《地域活性化》、②健康福祉部会《地域福祉・健康》、③社会教育部会《生涯学習、社会教育》、④環境安全部会《地域の安心・安全、環境保全》に分け、事業を行っていきます。

役員は、執行部7名(会長、副会長、役員4名、事務局長)とし、監事2名を置くことと

しました。

地区センター事務局は現在と同様の3人体制で実施する予定です。

今後の会議は、組織の収支予算や就業規則等について会議を重ね、協定締結に向けて調整していきます。

なお、検討委員会で協議された内容は、11月27日(金)開催予定の地連協理事会・推進員会で協議され、臨時代議員総会に諮ることになっています。

★臨時代議員総会

令和2年12月13日(日)午前10時

場所:松崎地区センター 1F(リ-ソ)遊戯室

【松崎町未来づくり協議会

組織図(案)】

代議員総会

監事2名

執行部7名

(会長、副会長、役員4名、事務局長)

- ①事業計画案作成
- ②地域の意見取りまとめ、調整
- ③まちづくり計画の策定

事務局3名



- 各部会から役員1名選出
- 区長会から役員2名、監事2名を推薦

地域振興部会

- ①広報
- ②地域活性化イベント
- ③産業振興
- ④伝統継承
- ⑤文化伝承

健康福祉部会

- ①地域福祉
- ②地域健康
- ③子育て支援

社会教育部会

- ①スポーツ文化活動
- ②サークル活動
- ③農業技術学習
- ④商品開発学習

環境安全部会

- ①交通安全
- ②防犯
- ③防災
- ④環境保全
- ⑤ゴミ減量化
- ⑥リサイクル促進

環境パトロール

10月7日(水)に松崎町公衆衛生連で町内の環境パトロールを実施しました。中には違反ゴミがそのまま放置されていたり、正しく分別すれば回収されるゴミも見受けられました。正しく分別し、みんなが気持ちよく利用できる集積所にしましょう。



ソフトバレーボール大会中止のお知らせ

11月1日(日)に予定していた「男女混合ソフトバレーボール大会」は、コロナの情勢を踏まえて、中止と判断しました。

これで年間総合得点に係る大会は、全て中止となりました。

体協では今年度の事業は中止となりましたが、来年度の実施に向けて協議していききたいと思います。

赤い羽根共同募金運動

10月1日～10月31日まで「赤い羽根共同募金」の活動が展開されています。

各戸のみなさんには、自治会を通じて、区長さん・会計さん・班長さんの協力の下、募金していただき、大口募金の方々には民生委員さんを通じて納めていただいています。

松崎町民の皆さんの協力で社会福祉協議会松崎支部の募金活動がなされています。

松崎町全体の募金がまとまりましたら、社協松崎支部より「遠野市共同募金委員会」へ納めさせていただきます。

この共同募金はこの町の地域福祉の充実と民間福祉活動資金等に使われます。



ご協力、本当にありがとうございました。

飲酒運転 天国地獄 どっちがいい？

令和元年度交通安全標語の部応募作品 1区 菊池優杜さん

松崎町まちづくりプロジェクト



9月20日（日）休耕田を借りて遠野の伝統野菜「琴畑かぶ」と「早池峰菜」の栽培実験ため、畑の耕起から種蒔きまで行いました。

今年1月の新年会にて「伝統野菜・琴畑かぶの山ぶどう漬け」の実践発表して下さった遠野緑峰高校から種を提供していただきました。この野菜で色々なことにチャレンジしていきたいと考えています。

今は可愛い本葉が出ていて、11月末ごろには収穫を迎えます。霜が心配な時期になりますが、どうか無事に収穫できますように。

また、遠野北小付近に設置しておりましたカブトムシ飼育の枠を畑の一角に移動しました。中には幼虫が沢山いましたので来年が楽しみです。



松崎グッズ「デザイン募集」

先月募集しました松崎グッズ「デザイン募集」に応募いただき、ありがとうございました。商品化する予定になっています。

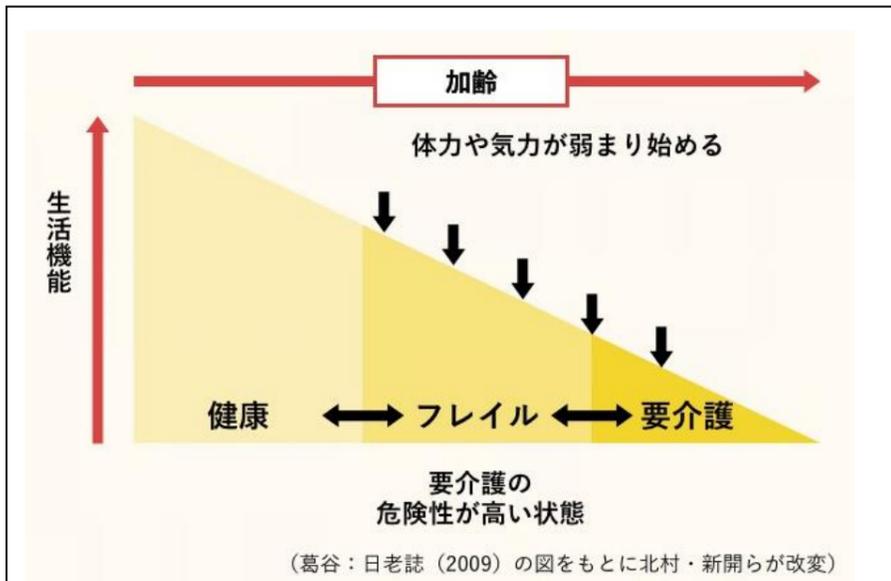
人生100年時代を自分らしく生き抜くために ～フレイルの予防が重要です～

フレイルとは

フレイルとは、「加齢とともに、心と身体の活力が低下した状態」のことをいいます。

健康と要介護の中間段階であるフレイルの時期に適切な対策や支援をすることで、生活機能の維持・向上が可能と言われています。

加齢とともに、特に筋力は何もしないと年々衰えてきますので、早いうちからフレイル予防に取り組むことが大切です。

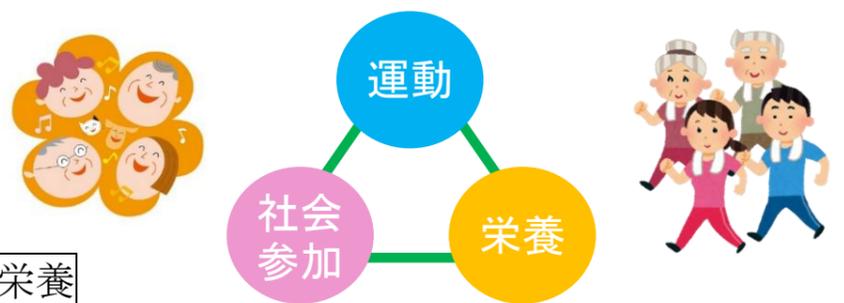


身体的・心理的・社会的フレイル

フレイルには、筋肉の減少・肺活量の低下といった身体的な衰えである「身体的フレイル」、記憶力の低下・気分的なうつといった「心理的フレイル」、孤立・引きこもりといった「社会的フレイル」があります。

フレイル予防の3つの柱

フレイルの予防には、「栄養」と「運動」と「社会参加」が大切な3つの柱となります。



①栄養

- ・バランスよく食べて身体の調子を整えましょう。
- ・肉や魚、卵、豆腐などのタンパク質は筋肉を作る原材料ですので十分に摂りましょう。

②運動

- ・「動かない」ことにより、心身の機能が低下して「動けなくなる」ことが心配されています。
- ・座っている時間を減らし、日頃から体を動かすようにしましょう。
- ・スクワットなどの足腰の筋肉を強める筋力運動と、ウォーキングなどの有酸素運動がおすすめです。

③社会参加

- ・人との交流、社会参加はフレイル予防に欠かせません。
- ・新型コロナウイルス等により閉じこもりがちになると、心と身体の活力が低下してしまいます。マスクの着用やこまめな手洗いなど、感染症対策を行った上で、上手に周囲の方とつながりを持ちましょう。

【担当】市健康長寿課健康推進係 保健師 佐々木あゆ美