

湯西川ダム上下流交流事業

# 日光市から温泉が直送



上下流域の交流をより深めるために

千葉県の水源地として建設が進められている「湯西川ダム」。その上流水源地と下流受益地の相互交流事業の一つとして、ダムが建設される日光市から1月16日、同市の日向温泉のお湯が市内の福祉施設「こすもす苑デイサービスセンター」、「玲光苑」、「サザンカの里」に贈られました。贈呈式が行われた「こすもす苑」では、朝早く届けられたお湯を浴槽に注ぎ込み、即席の温泉が完成。温泉に入浴したデイサービスの利用者は「体の芯から温まりました」「肌がつるつるになりました」「こんなに身近で温泉につかれてうれしいです」と話していました。



早速、温泉を堪能

## 健康マージャン千葉県代表者予選会

### 賭けない・飲まない・吸わないをモットーに

ことしの11月に茨城県で開催される、高齢者のスポーツ・文化の祭典「全国健康福祉祭」(ねんりんピック)に健康マージャンが正式種目として加わり、1月20日、県大会出場者を決める予選会が、ふれあい健康麻雀協会成田会場(花崎町)で行われました。28人の参加者の平均年齢は約70歳。近年、高齢者の生きがい対策としても注目されている健康マージャンは、お金を賭ける・飲酒・喫煙はご法度で、参加者からは「仲間づくりに最適」、「指や目も使うし、推理する楽しみもありボケ防止にもなる」と好評です。予選会上位8人が4月に行われる県大会に出場します。



健康マージャンを楽しむシニアたち



角材が素敵なインテリア用の椅子に

## セカンドライフ支援セミナー

### 新たな趣味や生きがいを発見

「団塊の世代」の人や現役を引退した人を対象に、第2の人生を前に新しい趣味や生きがいを発見してもらおうと開催された「セカンドライフ支援セミナー」(全10回)。その第9回が1月13日に公津公民館で行われ、参加者12人が綿貫栄一さんの指導の下、日曜大工に挑戦しました。挑戦したのは一見簡単そうなインテリア用椅子作りでしたが、角材をのこぎりで切ったり、組み立ててビスで留めたり…という普段やり慣れない作業にほとんどの参加者は悪戦苦闘。しかし、最後にそれぞれ立派な作品に仕上げると、作業中の真剣な表情が一転、苦労の結晶を手を顔をはこぼしていました。

## 下総地区マラソン大会

# 快晴の下、健脚を競う

雲一つ無い青空の下、下総地区マラソン大会が小学生から一般まで延べ317人が参加して、1月13日、下総運動公園で行われました。当日は、大会新記録が3つも樹立されるなど絶好のコンディションで、参加者は1kmから3kmまで各部門に分かれ、公園内のサイクルロードで健脚を競いました。



力を合わせて、親子の部のスタート



小学生4人でたすきをつなぐミニ駅伝



ココアで体を温める参加者



浮き橋の上から観察する参加者



視線の先には船の上で羽根を休めるコガモの群れ

時折り小雪の交じる寒い一日となった1月20日、坂田ヶ池総合公園で子ども館主催事業「ハードウォッチング会」が開催されました。31人の参加者は、家から持参した双眼鏡で池を泳ぐ水鳥や公園内を飛び交う小鳥たちのかわいいしぐさを観察。約1時間掛けて坂田ヶ池を1周した後は、それぞれ芝生広場などでお弁当を食べ、午後からは本塾の白鳥飛来地の見学に向かいました。

## 子ども館「ハードウォッチング会」 坂田ヶ池などで 野鳥を観察

子ども館「ハードウォッチング会」

## 世界の料理を楽しむ会(韓国)

# キムチやチヂミ作りに挑戦

国際交流協会では、楽しく料理を作りながら海外の異文化に触れ相互交流を図ろうと、昨年の2月から「世界の料理を楽しむ会」を開催しています。5回目となった1月20日には、講師に増田賢淑<sup>トモツグ</sup>さんを迎え、韓国家庭料理でおなじみのキムチとチヂミ作りに挑戦しました。下準備の大変さに驚きながらも、手を真っ赤にしながらいんニョム(韓国料理の調味料)を白菜の葉一枚一枚に満遍なく塗り付けた参加者たち。その甲斐あって普段味わうことのできない本格的なキムチが出来上がりました。



真剣なまなざし