

希童くんの黒北ラクビーが県の頂点に立ち、ラグーマン憧れの花園へ。決勝は対黒工と北上勢の戦い、シーウェブスも良いが、北上にも社会人チームがあったならなあって思うのはアウトか

10月ふれディ「わっこの話っこ」 死ぬまで元気！に

10月14日（金）のふれディは地域包括支援センターわっこから、主任介護支援専門員の老林さんが介護保険について、楽しく分りやすく説明してくれました。ぴんぴんころりがいいが、介護が必要になった場合の介護度の話しや各種施設への入所基準、安い施設は順番待ちになっていて、そう簡単には入所できない、元気であることが大切です。

認知症にならないためには頭をつかうこと、頭と体を連動させた体操をおこない、参加者は大笑い、楽しい時間を過ごしました。頭と体がバラバラだと話すと「それで良いんです、出来なくてもそこで頭を使うことが大切」と。

昼食は天ぷらそば・うどん・ケーキにコーヒー、沢山の食べ物に「ふれディは毎日あればいいな」と半分本気のジョークか。



歯切れがいいわっこの老林さん



11月のふれあいディサービス

仏教法話 「どう生きるか、癒(いやし)」

□内宝積寺の住職藤村浩禅さんのお話し、殺伐とした今を心豊かにどう生きるか？を聞きにおいて下さい。

■11月12日(土)
午前10時～

■6区公民館
■会費は300円です

※お昼は何か出るかお楽しみに

※喉が痛い、熱っぽい人はご遠慮願います



この人 だ～れ？



前回のこの人だ～れは11班、はだけながの進さんでした、かなりの変身



公民館での一コマ、あどけないボクも今年22才、堂々の体格、神経も太くなりました。3班です

グリーンP

北上市が数年後、国からの地方交付金がゼロになる不交付団体になると岩手日日が報道した。交付金とは、ご存じのとおり、自治体の税収不足を補うために国が交付するお金である。不交付は北海道・東北では原発関連の泊村（北海道）、六ヶ所村（青森）、広野町・大熊町・新地町（福島）、トヨタの大和町（宮城）だけであり、市レベルでは無い。キオクシア誘致による効果が大であると思うが凄いことである。20年前には赤字自治体と言われ、箱物・道路を造らない北上市だったが、不交付団体になると、国にお伺い無しにいろんな事業が可能となる。生きてて良かった北上市にしたい