



南三陸町いきいき百歳体操 大交流会

眠っている、あなたの脳と体の細胞、もったいない!
百歳体操と笑いで活性化!

いきいき百歳体操が始まって1年が経ちました。「痛みが楽になった」「休まないで歩けるようになった」「みんなと会って話すことが楽しみ」など、たくさんのうれしい効果が聞こえています。

どこでどんなふうにやっているのか?本当に効果があるのか?そして、元気に暮らすためのコツを紹介します。

- 日時 11月12日(月) 午前10時~正午
- 場所 ベイサイドアリーナ「文化交流ホール」
- 内容 「いきいき百歳体操実施団体の紹介」「見て!聞いて!体操の効果!」「笑いは心のエネルギー」など
- ※参加費は無料で、申込不要です。

問 地域包括支援センター ☎46-5588

11月は「児童虐待防止推進月間」です
~未来へと 命を繋ぐ 189(いちはやく)~
虐待は、子どもの健やかな育ちに重大な影響を与えます



児童虐待とは…

- 【身体的虐待】殴る、蹴る、激しく揺さぶる、やけどを負わせるなど
- 【性的虐待】性的行為、ポルノグラフィの被写体にするなど
- 【ネグレクト】家に閉じ込める、食事を与えない、車の中に放置するなど
- 【心理的虐待】言葉による脅し、無視、きょうだい間の差別的扱い、子どもの目の前でのドムスティック・バイオレンスなど
- 虐待を見かけた人や自身が出産や子育てに悩んでいる人は、連絡してください。

早期発見・早期対応が子どもの命を救います

【相談・連絡先】

保健福祉課子育て支援係 ☎46-1402
保健福祉課健康増進係 ☎46-5113
地域子育て支援センター ☎46-3042
宮城県東部児童相談所気仙沼支所 ☎21-1020

189
児童相談所
全国共通
3桁ダイヤル

アルコールと健康を考えるセミナー

～お酒と上手に付き合うために～

- 日 時: 11月21日(水) 午後1時30分~3時
- 場 所: 総合ケアセンター南三陸 2階大会議室
- 対 象: 誰でも参加できます (申込不要)
- 内 容: 医師による講演「お酒との上手な付き合い方」
講師: 東北会病院 院長 石川 達 先生

問 保健福祉課健康増進係 ☎46-5113



町 の4地区のうち、唯一海に面していない入谷地区では、田んぼが広がる懐かしい雰囲気の里山風景が美しく、米のほかリンゴや鑑賞菊、春告げ野菜と呼ばれる青菜類や畜産などが畠まれている。入谷を舞台に、こうした農業を盛り上げて行くべく活動する「農業振興支援員」が藤田岳さん。平成28年5月に、町の一期生として地域おこし協力隊員に着任。震災後に生まれた(㈱南三陸農工房)で研修生として学びつつ、入谷の三つの山の一つ、童子山の中腹でワイン用ブドウの栽培に取り組んでいる。

平成28年に仙台の秋保ワイナリーからいただいた苗木を100本、翌年の29年春に「南三陸ワインプロジェクト」を立ち上げ、植樹祭に集まった80人の参加者と一緒に700本の苗木を植栽し、現在3つの畠で800本の苗木を栽培している。「ワインが完成すれば、町の特産である豊富な海産物や農産物などの食材と合わせて楽しむことができる。水産業や飲食業、観光業と合わせて町全体を盛り上げる起爆剤となる」と話す藤田さん。

「ブドウは植えてから収穫まで最低でも3年かかる。まだ初収穫は迎えられていないのですが、ブドウたちはすくすくと生長しているので今後に期待していくください!」

GAKU FUJITA



「町の豊かな自然資源やエネルギーを生かして、アノロジで丁寧な暮らしをしていく。農業もその一つかなという気楽な気持ちで、今後もこの町で楽しく健やかに生きていきたいな」と話す。

問 南三陸なう 検索 もっと詳しく知りたい人は、南三陸町公式ブログ 南三陸なうをご覧ください。

ブドウの苗に、地域活性の夢を託す

藤 ふじ
田 た
岳 がく
さん