天気にも恵まれ、大盛況
健康まつりに3600人来場

第35回 大田 品川 健康まつりのお礼

10月27日(日)に行われた『第35回大田・品川健康まつり』は、昨年と同じく、品川区の戸越公園で開催しました。当日は天候にも恵まれ滞りなく準備も進み、要員の皆さまのご協力によって開会できました。入場者数も3600名を超え、大成功をおさめることができました。実行委員会への参加ならびに、賛助券の普及等で準備の段階からご尽力いただいた皆さま、また当日の要員の皆さまのご協力に心より感謝申し上げます。テントなど備品をお貸しいただきました皆さまにも感謝申し上げます。

中央舞台は楽しい出し物がいっぱい

中央舞台では、団体・個人の方にご出演いただきました。毎年恒例のプルメリア&フラナースのフラダンスにはじまり、やんばる山城さんの三線、初出演でジャパンキャビンクルーユニオンのすわっちさんのマジック、遠藤さん石原さんによるハーモニカ演奏、今はやりのフェアトレードによる歌カフェ、荏原ユニオンエイサー隊、とちの実作業所のコカリナ演奏、南部合唱、初出演のコカリナデュオうぐいすによるコカリナ演奏、南部合唱団の合唱、チーム幻のダンスと今年もたいへん盛り上がりました。出演していただいた皆さまありがとうございました。

健康チェックにもたくさんの方が

模擬店は55の出店で盛況でした。健康チェックコーナーには、200人を超える方においでいただきました。今年も検査技師会のご協力で取り組んだ物忘れプログラムや血管年齢測定も盛況でした。「子どもの広場」もたくさんの親子連れで賑わいました。よろず相談コーナーも相談員や東京南部法律事務所・五反田法律事務所の皆さんにもご協力いただきました。

ご感想、ご意見やご要望などがありましたら、実行委員会事務局までお寄せください。第35回大田・品川健康まつりへのご参加、ご協力本当にありがとうございました。

2019年11月12日
第35回大田・品川健康まつり実行委員会
事務局長　伊藤　豪

模擬店もにぎわいました

認知症Q&A No. 34

回答はグループホーム虹の家みちづか看護師　大澤千恵子さん

Q 旅行は認知症予防に効果がありますか？

A 旅をすることは、認知症予防効果があると思います。

旅に出るとき、いつ、どこに、誰とどのようにして行くのか考え計画を立てます。時刻表を見たり、宿を探したり、名所を調べたりします。このことが、脳を刺激し活性化させるからです。また、旅先を想像してワクワク楽しい気分になるからです。できれば、企画から参加し、帰宅後、写真の整理や日記を書いて楽しかったことを思い出すと、なお効果があるのではないでしょうか。

ツアーや日帰り旅行でも効果はあります。それは、①歩く機会が増え、有酸素運動をしている。②テレビなどでは味わえない香り、さわやかな風の肌触りなど、五感を使って楽しむことができる。③人と楽しく話す機会が増え、前頭葉を刺激するなどです。

ある研究資料によれば「知的好奇心の高い人ほど、さまざまなことに興味を持つ人ほど認知機能の低下が低いことがわかった」とあります。

旅に出て新しい体験・発見をしてワクワクすることが健康長寿にも、認知症予防にも良いのだと思います。旅行を通して、新しい友人ができるともっといいですね。

健康まつり福引当選番号

特等（折りたたみ自転車：1本）	03727				
1等（空気清浄機：1本）	07591				
ゼンツウ賞（ディズニーペアチケット：1本）	01669				
2等（防災グッズ：2本）	00453	06741			
（電子血圧計：2本）	00597	09765			
3等（フルーツ賞：3本）	01008	01537	05467		
4等（ヨガマット：5本）	00066	00342	00805	05402	06351
5等（ループループ：5本）	00362	00372	01460	01480	04829
6等（米2kg：10本）	01000	03839	03840	03842	03945
	04321	04408	07869	08516	09521
7等（歯ブラシ他：下1桁）	5　6				

7等景品の引き換えは城南保健生協、城南福祉医療協会、城南医薬保健協働の各事業所、東京南部生協でできます（半券をお持ちください）。なお、7等との重複当選の場合は、上級等のみの当選となります。

腹八分

2020年東京オリンピックがやって来る。その昔ギリシャのアテネで4年ごとに開催された古代オリンピックは何世紀にも渡って開催されていた。小国家がひしめく中で、常に争いが絶えなかったその時代、オリンピックの開かれている間は戦闘が中断される平和の祭典であった、と歴史は伝えている▼近代になってフランスのクーベルタン男爵の提唱でよみがえった近代オリンピックは、古代オリンピックにならって世界に平和を呼びかけるものであった。だがその願いはむなしく、第一次・第二次世界大戦と、オリンピックは二度の中断。そして多くのアスリートが命を落とした。その後も大国の対立によって、少なくない若者が出場の機会を奪われたのだ。オリンピックはクーベルタンの意志に反して受難の歴史を歩む▼さて東京オリンピック。あいかわらず世界の各地で戦闘が続いていて、今こそ平和を呼びかける時なのに、マスコミは誰が出場権を得るのか、日本のメダルはいくつ、こんなことしか伝えない。マラソンをはじめ、開催会場も迷走を繰り返している。だのにその議論を遠ざけようとしている。もともとアベという人間が「日本の福島原発によって発生した放射能汚染問題は解決している」こんな風に世界中をペテンにかけて招致したオリンピックである。そしてそのオリンピックも平和を求めるものから、今では巨大なビジネスに変貌している。国民の血税を使って、大手ゼネコンが、ホテル業界が、吸血鬼のように儲けを企んでいる。

『ぼけますから、よろしくお願いします。』上映会のご案内

認知症の母と耳の遠い父と離れて暮らす私。母、87歳、認知症。父、95歳、初めての家事。娘である「私」の視点から、認知症の患者を抱えた家族の内側を丹念に描いたドキュメンタリー。

監督・撮影・語り：ひとり娘　信友直子

会場：アプリコ大ホール（ＪＲ蒲田駅東口）

日時：3月20日(金)
①10時30分～　②13時30分～

料金：一般前売り　1,000円（当日1,300円）
学生・シニア1,000円（前売り・当日共）
障がい者・小中高生は当日800円で入場できます。

主催：『ぼけますから、よろしくお願いします。』大田上映実行委員会

後援：大田区・大田区社会福祉協議会

お問合せは　城南保健生協（03−3762−0266）

『あの日のオルガン』上映会のご案内

1944年、東京・品川の戸越保育所。20代を中心とした若手保母たちが、国の決定を待たず、日本で初めて園児を連れての集団疎開を敢行した「疎開保育園」。託された命を守り抜こうとするヒロインたちの奮闘を描いた真実の物語。

監督・脚本：平松恵美子
出演：戸田恵梨香　大原櫻子　橋爪功　他

会場：大田区民プラザ（東急多摩川線下丸子駅前）

日時：3月16日(月)
①14時～　②18時30分～

料金：一般・シニア
前売り1,000円（当日1,100円）

主催：『あの日のオルガン』大田上映実行委員会

お問合せは　城南保健生協（03−3762−0266）