



健康が一番ですね

健康講演会は2月23日、保健センターで開かれ、約50人が生活習慣病の予防法などを学習しました。

講師の岩手県対ガン協会のガン検診センター狩野敦先生(写真右)は「糖尿病、高血圧、高脂血症な

どの3大生活習慣病は、不適切な食生活や運動不足、睡眠不足、ストレス過剰、飲酒、喫煙などが原因です。バランスのとれた食事と、適度な運動で病気を予防しましょう」と訴えました。(写真)堀内の熊谷栄子さん(67)は「これからも健康に気を付けたいと思います」と話していました。



海の仕事って大変

堀内小学校(田村えい子校長、児童51人)の海づくり少年団(須田大介団長)18人が3月11日、堀内漁港で養殖ワカメの刈り取りと選別体験をしました。

当日は肌寒く、海も少し荒れ模様。沖合約2^{キロ}にある養殖漁場に着くと、ワカメの刈り取り方法などの説明を受け、児童らはロープに巻き付いているワカメをかまですり取り取りました。(写真)この日児童らは漁船での収穫作業のほかに、岸壁でワカメの選別作業を行い、海の仕事の苦労を実感したようでした。

事故に気を付けて

交通安全街頭指導は春の交通安全期間中の4月8日、村内6カ所で村交通安全対策協議会(会長・深渡宏村長)や岩手県久慈地区交通安全協会普代分会(太田岩蔵会長)、村交通指導員、交通安全母の会、シルバー部会会員ら約50人が参加し行われました。(写真)

「おはよう」と声を掛けると「おはようございます」と子どもたちから元気な声が帰ってきます。参加者らは黄色い羽とポケットティッシュを手渡ししながら、「気を付けて」と一人ひとりに交通安全を呼び掛けていました。

