

食事と運動で減量を

村保健センター主催の健康講演会が7月31日、役場で開かれました。(写真)

講演会には約50人が参加。本年度から始まるメタボリックシンドロームに焦点を当てた特定健診での予防が目的で、講師にはしりと内科循環器科クリニックの白戸隆洋院長を迎えました。白戸先生は、自身が食事を減らしウォーキングなどで12kgの減量に成功した体験談を話し、「普段はワカメやコンブなど減量に適した食材がたくさんあります。食生活でも、運動でもいいです。一つでもできることから取り組んでください」とアドバイスしました。



海の村で深める友情

観光物産などの交流を続けている矢巾町と村の小学生52人が8月7日、村漁協加工場や普代浜などで海の体験学習やスポーツに取り組み、友情を深めました。

開会行事で代表の森田周君(普代小6年)は「普代は海と山に囲まれた自然豊かな村です。一緒に思い出をつくりましょう」と歓迎。早速児童らはワカメのしん抜き(写真)とウニの殻むきに挑戦しました。児童らは村漁協の職員らの説明を受けながら、慎重に茎を抜き取ったり、ウニをスプーンで殻から外していました。矢巾東小5年の吉田隆雅君は「ワカメのしん抜きは慣れたらうまくなりました」とうれしそうでした。

北緯40度

そぞろある記



楽しんだね 夏祭り

特別養護老人ホーム「うねとり荘」(宇部由明施設長、入所者60人)の夏祭りが、8月3日行われました。

雨のため会場は屋内に変更されましたが、中学生や高校生、一般ボランティアを含む約300人が集まりました。ふだい荒磯太鼓の迫力ある演奏で始まった

まつりは、久慈市の玲扇州会の舞踊、盆踊り(写真)などが繰り広げられ、皆さんは短い夏のひとつときを楽しみました。

八戸市の村上ノブさんは「イベントも盛りだくさんで母と一緒に楽しんでいます。職員の皆さんにも良くしていただいて、いつも感謝しています」と話していました。

「人生を焦らないで」



村教委など主催の子育て講座が7月22日、普代中学校(後忠美校長、生徒91人)で開かれました。全校児童と教職員、保護者ら約150人が参加。講師の「県立児童館いわて子どもの森」館長の吉成信夫さん(写真)は、自身の人生を振り返りながら「多くの人はやりたいうことが見つからないまま社会に出ることが多いです。自分で何かをしたいという気持ちを持ち、焦らず自分の大好きなことを探し続けてください」とメッセージを送りました。

バイクで腕と技競う

北緯40度線を通る県北の11市町村の山野をバイクで走破する第32回イーハトーブトライアル大会が8月30、31の両日行われました。

大会は全国から約470人が参加。その中の八幡平市を出発点に普代村を折り返す「クラシックコース」には142人がエントリーしました。

午後3時半ごろには、続々とライダーたちが普代浜に集結。山の急斜面を登る厳しいコース(写真)では甲高いエンジン音とともに、度胸と技を競い合いました。畠山祐成君(7=黒崎)は「上まで一気に上がってすごかったです」と興奮していました。



交通安全 皆の願い



交通安全街頭指導は夏の交通安全防止県民運動の一環として8月8日、普代郵便局前などで行われました。岩手県交通安全協会普代分会や同シルバー部会、村交通安全母の会、村交通指導員ら21人が参加。皆さんは「ダメ、飲酒運転」「ライトは早めに」と書かれたボードを手に、ドライバーにモラルを訴え、歩行者には夜光反射材の着用などを呼び掛けました。(写真) また、8月9日には岩手県交通安全協会普代分会員ら7人が、事故のないようにと村内約150カ所のカーブミラーを清掃しました。

やませ朝市

普代の新鮮な海の幸や山の幸が盛りだくさん。皆さんお越しください。

下記の日(に)普代駅で開催!!
10/19、11/16



中央区 三船製菓 ☎35-2020

10月5日 ふだいまるごと海産まつり

おやき・
ドーナツ・
焼き鳥、
販売します!!

