

田村地区だより

3月号 No.191号

令和3年(2021年)

2月25日発行

発行責任者 田村地区活性化協議会

会長 前田 史由

〒 629-3432

京丹後市久美浜町平田 672

TEL・FAX 0772-83-1142

ご意見・ご感想は果樹センターまで

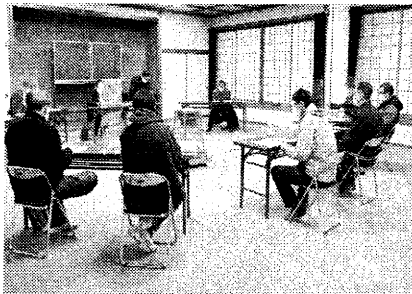
田村地区初区長会

2月12日(金)、果樹センターで、初区長会・顔合わせが行われました。

木下区長会長より、令和3年度区長会へ引き継ぎ事項を伝えていただき、一ノ尾副区長会長より、区長会会計報告がありました。

また、来賓として、市議会議員和田正幸さん、公民館長木下寿男さんより、ご挨拶をいただきました。

令和3年度各区長
 老分区長 寺田 眞佐司
 大井区長 前田 史由
 関 区長 岸本 弘幸
 三原区長 井上 哲男
 三分区長 西垣 俊宏
 平田区長 日下部 啓作



区長会長・副区長会長が決まりました。

区長会長

日下部 啓作 (平田区長)

副区長会長

岸本 弘幸 (関区長)

区長会長より挨拶

あきやさんの日に積もった雪も、いつべんに溶けて、紅梅が咲きそうに膨らんできました。田村地区の皆様方におかれましては益々ご健勝のこととお慶び申し上げます。

この度、田村地区の区長会長という大役をさせて頂くこととなりました。平田区長の日下部啓作です。何卒宜しくお願い申し上げます。

非常に雪が少ない冬でしたが、今後の気象が心配になります。

さて、私達区長会と致しましては、田村地区の発展と活性化に取り組んで行かなければならないと思うところでございます。

そのためには、地区の皆様のご意見やご協力、各団体の力を是非ともお貸し頂きたいと思っております。

甚だ簡単ではございますが挨拶とさせていただきます。どうぞ宜しくお願いいたします。

令和3年度お世話になる役員さんです。今年1年宜しくお願いします。

地区(世帯数)	区 長	副 区 長	農 会 長	文 厚 部 長
老分 42世帯	寺田 眞佐司	川口 誠彦	田中 勝	田中 龍輔
大井 24世帯	前田 史由	山下 孝	奥田 功一	野村 久之
関 48世帯	岸本 弘幸	大道 錬一	矢野 貴征	岩崎 博文
三原 23世帯	井上 哲男	小西 誠一	日高 史師	岡崎 省吾
三分 39世帯	西垣 俊宏	服部 久保	家城 俊昭	高田 竜成
平田 56世帯	日下部 啓作	白岩 寿晴	長砂 俊彦	長砂 太蔵

田村地区活性化協議会 総会

令和2年度田村地区活性化協議会総会を下記の日程で開催します。

3月19日(金) 午後7時30分

果樹センター 2階(大会議室)

関係者の皆様には、お忙しい中ではありますが、出席いただきますよう宜しくお願いします。

3月の田村地区

かぶと山小学校

- 2日(火) 6年生を送る会
- 9日(火) 新1年体験入学
- 23日(火) 卒業証書授与式
- 24日(水) 修了式・進級式

かぶと山こども園

- 3日(水) ひなまつり
- 8日(月) 久美浜小学校体験入学
- 9日(火) かぶと山小学校体験入学
- 10日(水) 誕生会
- 11日(木) おわかれお楽しみ会
- 24日(水) 卒園式・修了式

田村ゆゆうの里

田村地区の皆様こんにちは。今月は『認知症予防の豆知識』第2弾をお届けします。

認知症予防に食生活は重要です。偏った食生活は健康を害し、脳にも影響を及ぼします。そうなることを防ぐには、脳にも影響を及ぼします。そうなることを防ぐには、脳にも影響を及ぼします。そうなることを防ぐには、脳にも影響を及ぼします。

次の1〜4は生活習慣病の改善を促す食事の注意点ですが、実はこれが脳の健康を保つために有効と言われています。ぜひ、普段の食事のヒントにしてみてください。

1. バランスのよい食事をしよう
2. 摂取カロリーを守りましょう
3. 塩分を控えましょう
4. 間食、糖分を控えましょう

また、「まごわやさしい」という言葉をご存じですか。栄養バランスの良い食事の覚え方で、「ま||豆」、「||こ||ま」、「||わ||か||め」、「||や||や||さい」、「||さ||さ||かな」、「||し||しい||た||け」、「||い||い||も」。1日1回は接種したい7つの食材の頭文字をつなげたものです。米を主食にして、主菜、副菜を組み合わせる時に、これを意識するだけで日々の食生活を改善できます。ぜひ、参考にしてみてください。

