

川上地区自治振興会だより

令和4年
1月号

発行責任者 京丹後市久美浜町金谷 942-1 久美浜林業センター内
川上地区自治振興会 会長 白岩 美芳 TEL 85-0850 有線4486

新年のごあいさつ

川上地区自治振興会

会長 白岩 美芳



川上地域の皆様、明けましておめでとございます。ご家族おそろいで新しい年をお迎えのこととお慶び申し上げます。昨年中は、

川上地区自治振興会の運営に大きなご支援とご協力をいただきましたこと心から御礼申し上げます。令和四年度が健康第一で安心な一年であることを願ってやみません。本年もどうかよろしくお願ひします。

さて、昨年は一昨年に続きコロナウイルスにより、自治振興会の活動もほとんどとっていいくらくら中止をせざるをえませんでした。中止をするにあたり、地域の皆様方におかれましては、「やむを得ない」と理解を賜りましたこと心からお礼申し上げます。

年末寒波に見舞われ、少なかつたとはいえ、かなりの積雪を見る冬のはじまりになりました。気候は順調に推移したように思っていました。お盆を中心にした長雨が水稲、黒豆などにかかりな影響を与えたように思います。天候の不順がありました。黒豆を除き、米をはじめ、ほとんどの物が平年

であったように聞いております。コロナ禍のなか、生産活動に励まれた方々の苦勞が実ったのではないのでしょうか。

今年の取り組みとして、次の二点を上げさせてもらいます。まず第一は、全体で課題になっているのが、「地域コミュニティ」の検討を進めていくことです。川上地域としては、市当局からの問題提起である「地域コミュニティ」

の一本化に向けて取り組んで参ります。どのような課題があるか、皆様の意見要望を大切にしながら、役員の皆様と一緒に検討をすすめていきたいと思ひます。

二つ目は、多面的機能(農地水)の広域化の取り組みです。高齢化が進む中で持続的に続けていくことがかなり難しくなっているのが現状です。広域化と簡素化をめざし、話し合いを進めていきます。

今年一年、コロナウイルスが終息することを願ひ自治振興会の活動を活発化させていくことをお誓ひし、挨拶とさせていただきます。

～ 川上ふれあいの家より ～

認知症予防の豆知識 その⑤

指先を使った作業は、認知症予防に有効である事は皆さんご存じだと思います。しかし、生活の中で便利さを優先した結果、昔に比べて指先を使った作業が少なくなったと感じませんか。そこで、指先を使った作業として折り紙を始めてみましょう。

～脳と折り紙の関係性～

なぜ折り紙が認知症予防につながるのかは、「回想法」という心理療法に近いからです。折り紙は、誰でも子供のころに経験した遊びです。誰かと一緒に語らいながら行う事は高齢者にとっても良いことで施設でも多く取り入れられています。

～折り紙の脳への効果～

折り紙には、手先を使った細かい作業があります。特に平面の紙から立体の作品がうまれていくことから、空間把握能力が活性化し、前頭葉への働きかけは大きいです。また、集中力、達成感、充実感なども含め、多角的に脳への良い刺激が与えられます。まず、チラシなど使い簡単な折り鶴やゴミ箱、紙飛行機などから始めましょう。

認知症あんしん相談窓口
川上ふれあいの家
☎0772-85-0345
担当:蛭子、才本

～ ふれあい朝市より ～

1月はお休みです。

1月の行事予定

自治振興会

1/中旬～2月上旬

各部会「活動のまとめ」作成

小学校

1/11 書初め大会

1/12 PTA 合同あいさつ運動

1/21 6年生スキー教室

1/28 大縄大会

