



新年度を迎えて



4/18 (日) 晴れ 定期総会

新芽の緑が鮮やかに照り映えることとなりました。皆様、いかがお過ごしでしょうか。日頃は、まちづくり地域振興会の運営に多大のご協力を頂き厚く御礼申し上げます。

「中太閤山まちづくり地域振興会」の第13回総会が終わり、いよいよ新年度の活動が始まります。

昨年度は、新型コロナウイルスの影響で各種会合、行事が延期、中止となり、また、今年1月1日に予定しておりました太閤山ランドでの左義長も35年ぶりの大雪で中止となりました。当振興会は、高齢者が住み



議長が決まり審議開始

更に地域に根ざすよう推進していきたいと考えております。

地域防災力向上対策事業について、第2次地区防災3か年計画にある災害図上訓練は、昨年度中止となり今年度に延期いたしました。1年遅れとなりますが実施予定です。

しかしながら、現状は、新型コロナウイルスの影響で、当振興会の総会自体規模を縮小して行い、中太閤山祭りは神事だけを予定しています。

慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、活動の中心として地域支え合いネットワーク事業を行い、また、第2次地区防災3か年計画を策定し地域防災力の向上を目指してまいりました。

地域支え合いネットワーク事業は、昨年歌声喫茶は中止となりましたが、百歳体操は、一時期中断したものの1回あたりの参加者を減らし回数を増やすなどして、新型コロナウイルス感染症予防対策を行った上で、パスコ及び日の宮集会所で行うことができました。今年度は、同事業が



参加されたみなさま、お疲れさまでした

また、恒例のイベントである運動会、感謝の敬老会、文化祭、三世代ふれあい餅つき大会などの開催も不透明な状態ですが、「密閉」「密集」「密接」を避け、新型コロナウイルス感染症対策をしっかりと行い、コミュニケーションの場を創っていきたく考えています。皆さまのご協力とご支援を賜りますようお願いいたします。

未筆になりましたが皆様健康で活躍されることを祈念して挨拶とさせていただきます。

令和3年4月28日
中太閤山まちづくり地域振興会
会長 山本 満夫

カギかけんまいけ!

太閤山交番、久木田巡査部長より太閤山周辺地区で物置内のタイヤ、米等の盗難が発生しているとの情報提供があり、中太閤山地区においても物置の「カギかけ」など盗難防止を呼びかけて下さいとのことです。中太のみならず「カギかけ」など盗難予防の徹底をお願いします。

中太コミセンのリニューアル

射水市公共施設個別施設計画(素案)にある中太閤山コミュニティセンターの大規模改修等が令和3年度4年度に予定されている旨を1月のたよりでお知らせしましたが、その後、市より大規模改修は1年先送りするとの連絡がありましたのでお知らせいたします。

中太閤山まちづくり地域振興会の役員と理事紹介

みなさま 一年間よろしくお願いいたします。

令和3年度役員名簿

役職	氏名	町内
顧問	小島 啓子	3
顧問	松居 定男	6
会長	山本 満夫	2
副会長	江尻 泰将	7
副会長	奥野 貞昭	9
副会長	高岸 和弘	4
副会長	越後 隆	16
副会長	西谷 政信	16
安全安心部長	明石 勉	5
安全安心副部長	小高根 正昭	3
安全安心副部長	三崎 慎也	16
安全安心部長	宮森 恵都子	3
安全安心副部長	紺谷 均	6
健康福祉部長	荒井 陽子	14
健康福祉副部長	長谷川 泰久	2
健康福祉副部長	小山 悠介	4
健康福祉副部長	前山ちづる	6
文化部長	吉村 仁司	12
文化副部長	山本 修嗣	2
文化副部長	堀 征雄	7
文化副部長	明石 恵子	14
文化副部長	越村 治	17
体育部長	鍋谷 彰	12
体育副部長	谷井 貴征	8
体育副部長	堀川 恵央	9
体育副部長	村上 祥子	13
体育副部長	若林 大二	15
生活環境部長	本村 浩正	10
生活環境副部長	横山 研人	8
事務局長	江尻 泰将	7
会計	北澤 由実子	13
事務局次長	高口 均	16
事務局員	範 篤偉	12
事務局員	大庭 恵理	4
監事	中明 勇吉	7
監事	上坊寺 勉	9
センター長	塩澤 和章	9
生涯学習推進委員	山田 格	8
センター職員	大庭 恵理	4
センター職員	奥野 貞昭	9
センター職員	北澤 由実子	13
センター職員	越後 隆	16

令和3年度理事(町内会長)

町内会名	理事
2丁目	なかの あきのり 中野 彰則
3丁目	たや よしみつ 旅家 由光
4丁目	さいとう あきひろ 斉藤 明宏
5丁目	おまつ かずお 大松 和夫
6丁目	くわもり りょうえい 桑守 良映
7丁目	こんだ さとる 今田 悟
8丁目	かなもり しんいちろう 金森 伸一郎
9丁目	どい けんよ 土井 健世
10丁目	たなか よしはる 田中 芳晴
12丁目	よしむら ひとし 吉村 仁司
13/14丁目	おかだ あきこ 岡田 明子
15丁目	おいだ まさかず 老田 真和
16丁目	ふなだ だいき 鮎田 大起
17丁目	い じょんぼん 李 貞範

コミュニティセンターからのお知らせ

ゆめ体操

5月10日(月)・24日(月)
午前10時30分~11時30分

☆参加費: 200円

(おつりのないようお願いいたします)

☆持ち物: タオル・お茶 内履き・マスク

☆定員: 25名

(初心者の方も大歓迎です。)



臨床美術講座

「長ネギブギウギ」

5月20日(木)

午前9時30分~11時30分

☆講師: 臨床美術士3名

☆参加費: 100円

☆持物: なし

☆締切: 5月13日(木)

☆定員: 10名



自然体験ハイキング

「太閤山ランド周辺の池めぐり」

6月12日(土)

午前8時40分 コミセン集合

午前9時出発

12時頃 コミセン着(小雨決行)

☆講師: 山田格

☆持ち物: タオル・お茶・雨具

太閤山ランドから太閤山カントリークラブ周辺の池めぐりをします。

初夏の風を感じながらハイキングを楽しみませんか?



行事予定(5月~6月)

5月9日(日) 資源回収	6月6日(日) 中太コミセン花壇の除草
5月16日(日) 中太閤山まつり	6月13日(日) 町内対抗ソフトボール大会

※中太コミセンで神事のみ行います(参加者限定)

●●●中太閤山まちづくり地域振興会●●●

新健康ニュース第 13 号

発行人
会長 山本満夫

地域振興会では平成 22 年度より射水市と協力して、中太閤山地域の健診受診率を高め、生活習慣病、がんの早期発見・早期治療を通して、健康な中太閤山を目指す運動を展開しています

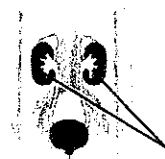


(今月のテーマ)

腎臓のお話

真生会富山病院 内科 二村明広

今回は腎臓のお話です。腎臓は、内臓の中でも奥深い所に位置しています。丁度、腰のやや上のあたり左右に 1 個ずつあり、大きさはこぶし大くらいです。体の中の余分な水分や血液に含まれる老廃物を尿として排泄する重要な役割があります。他にも、ホルモンを作る働きがあり、そのホルモンは、血圧調整や造血また骨の形成に至るまで様々に関わります。慢性的に腎臓への障害が続くと、腎機能が徐々に低下し、体の中に老廃物がたまり、尿毒症といわれる症状

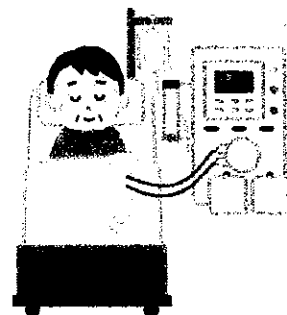


腎臓

が現れます。尿毒症の症状としては、吐き気、嘔吐、疲れやすい、食欲低下、倦怠感、記憶力の低下などが出現し、時には意識障害が起き、昏睡状態となることもあります。また、むくみ、呼吸苦、貧血、高血圧、不整脈など、全身のあらゆる症状が出現することもあります。

人工透析

腎臓の機能が著しく低下してしまった時の一つの対処法として、人工透析があります。透析を行うことによって、体内の老廃物などの毒素が人工的に排泄され、生命活動を維持することができるのです。肝臓などの他の臓器と違い、腎臓は再生能力が低く、一度失われた機能は回復することが難しいです。薬物や食事療法などの治療を行っても腎機能低下の進行が止まらず、そのままでは普通の生活を送るのが困難になってしまう場合、人工透析を考える必要があります。人工透析は、本来の腎臓の代わりに、人工的に老廃物や余分な水分をろ過し、血液をきれいにする治療です。透析療法には血液透析と腹膜透析の 2 種類があります。血液透析は人工腎臓の機械を使う方法です。週に 3 回程度、医療機関で行います。1 回につき 3～5 時間程度要します。腹膜透析は、自分の腹膜を用いた透析方法で毎日家庭で行います。通院は月 2 回程度です。どちらの透析を選択するかは、希望に応じて腎臓の状態、生活スタイルを考慮し決めることとなります。透析以外では腎臓移植を選択できます。



ご意見・ご感想は事務局まで 中太閤山コミュニティセンター内

☎ 56-4105, nakataikouyama_chiiki@yahoo.co.jp