



新春のお慶びを

申し上げます

コミュニティ会長

江尻 東磨

今年も平和な新年を迎えられましたことを大変うれしく思います。

昨年は新しい取り組みとして、人材バンクの発足やエコグリーン柏崎夏渡に係わる作業、緑の百年物語の植樹祭等、地区の皆さまの多大なるご協力をいただきながら実施することができました。心より感謝申し上げます。

お陰さまで「ぬくもりの里北条」のまちづくりも一歩前進したように思われます。今後とも住みよいまちづくりのために一層のご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。



裏磐梯の初日 - 撮影 庭山幹雄様(小島)

総代会長 寺澤 信之

旧年中はひとかたならぬお力添えをいただき、深く感謝申し上げます。

今年には農業集落排水事業・広田地区の供用開始と併せ、デイサービスセンターがオープンいたします。これからも、総代会が行政との橋渡しとして地域の環境整備に精一杯がんばりたいと思っております。皆さま方から一層のご指導、ご鞭撻をお願い申し上げます。

北条地区
コミュニティ会
振興協議会
TEL25-3355



公民館長 庭山 清一

日ごろより、公民館事業にご理解、ご参加を賜り、ありがとうございます。

市は十五年度より、分かりにくい公民館とコミュニティの機能をコミュニティに一本化し、地域主導の活動システムの確立を目指すために、「新しいコミュニティ施策」を検討中ですが、たとえ公民館の名前がなくなっても、地域課題解決には住民が共に学び、行動することが大切だと考えております。今年もよろしくお願い申し上げます。

ご案内 - 金倉滑降と雪上運動会

とき 2月9日(日)

詳細は後日、チラシにて全戸案内いたします。

未年の子ども

新年の抱負

南小六年 星野 拳大

ぼくは、来年中学生になります。

中学となると勉強、部活とも厳しくなるのでこの二つを来年は、がんばろうと思います。

勉強はとくいではないので一生けん命頑張ります。

南小六年 渡辺、心平

今年体力をつける年にしたいです。そのために、この冬はたくさんスキーをしたいです。四月に中学生になりたいです。四月に中学生になったら陸上部に入りたいです。

で、一生けんめい走って体力をつけたいです。これがぼくの今年の抱負です。

北小六年 小林 拓馬

中学生になる今年、中学校生活は三年間と短いけれど、その分、南小の人たちとも仲よくして楽しく過ごしたいです。勉強では新しい教科にも、進んで取り組みたいです。そして、小学校に負けないくらいたくさん思い出をつくりたいです。

厳冬の健康アドバイス 「冬のお風呂にご用心」

元気館 北条地区担当

保健師 小池 朱里

寒い冬に温かい湯につかるのは、気持ちいいものです。しかし、冬は入浴中に倒れてしまう方が多いので注意が必要です。

入浴中の事故原因

冬の脱衣場、浴室は寒く急激に血圧が上ってしまいます。急な血圧の変化は心筋梗塞や脳卒中を引き起してしまいます。

入浴のポイント

温度差を小さくする
暖房を入れたり、浴槽の蓋を開け、脱衣場、浴室、お湯との温度差を小さくし、かけ湯で体を慣らしてから浴槽に入ります。

半身浴がおすすぬ

胸より下までつかる半身浴は、心臓への負担が少なく、三十八〜四十度のお湯に二十分ほどつかると体の芯から温まり、冷え症にも効果的です。

これから冬本番。元気に冬を乗りきりましょう。