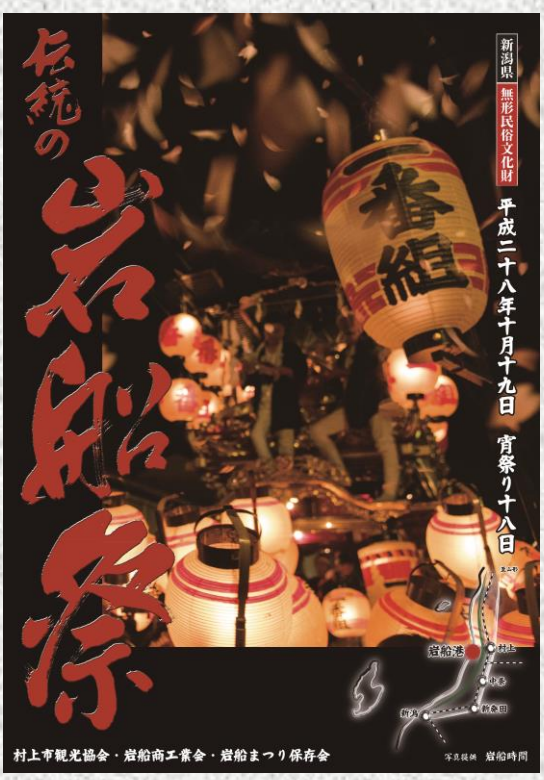
“岩船”まちづくり通信 第65号
～まちづくり自ら町内（まち）から地域から～ H28.10.1

岩船祭 お知らせ

平成２８年 当宿および若連中代表（敬称略）

町　内	当　宿	若連中代表
岸見寺町	伴田　和良	岸若 頭取　高木　芳朗
地蔵町	大越　良広	地若 頭取　小田　智秋
下大町	脇川　健	篤信会 会長　小田　邦之
下浜町	本間　清	濱若 会長　小林　廣道
上大町	瀬賀　久英	大若 会長　鈴木　俊弘
上　町	１３組	一番組 組長　伴田　智
上浜町	青山　義雄	屠龍会 会長　青山　雅宏
惣新町	組代表　東海林　豊	惣若 会長　本間　敏明
横新町	伴田　正弘	誠友会 会長　坂野　広幸



岩船祭ポスター販売 お知らせ

今年度も祭りのポスターが完成しました。１枚500円で販売しておりますので、ご購入をご希望の方は岩船連絡所までお越しください。

今年度町内　「上　　町」
飾り物　「御神酒錫」
見送り　「鷹 と 龍」

岩船の話題

敬老会・芸能音楽祭 が開催されました！

今年も敬老の日に、岩船地区敬老会と芸能音楽祭が開催されました。岩船地区には７５歳以上の方が約７００名、当日はその内の約２００名がご出席されました。その後に行われた「芸能･音楽祭」には、小・中学生および保育園児を含む１２団体が出演しました。

踊りや合奏、歌が披露され、観客からは大きな拍手や歓声が沸いていました。一般の住民の方も大勢観覧に来られ、楽しい一日になりました。

すこやか 保健師メモ

９月１９日（月）に敬老会に参加させてもらい、岩船のみなさんの元気な姿に驚きました。劇や唄、甚句、踊りといったみなさんがたのしく披露されている姿に私も元気をもらいました。

前回の保健師通信では、余った糖は中性脂肪に変わり、内臓脂肪や皮下脂肪に変わるとお伝えしました。そもそも１日の砂糖の摂取量は何ｇなんでしょうか・・・？

【砂糖の基準量】

正常の人	20ｇ
糖尿病・高血糖・HbA1c6.0 以上・60 歳以上	10ｇ

【嗜好品に含まれている砂糖の目安】

まんじゅう	約 17.5g
ケーキ	約 30g
酒１合	約 9.0g
生ビール１杯	約 9.5g

基準量を超えてしまった糖は中性脂肪に変わります。中性脂肪に変わる前に運動すれば脂肪に変わることはありませんが、消費するには相当な運動量が必要になってきます。次回は、どのくらいの運動をすれば、消費されるのかを説明したいと思います。

＊今年も 10 月 19 日の岩船大祭を楽しみにしております。岩船のみなさんにどこかで会えるかな…

スポーツ大会結果

第26回 駅伝大会

日時：９月２２日（木）
会場：岩船地内
各部門　優勝チーム
一般男性：新潟リハビリテーション大学Ａ
一般女性：かかあ天下
小 学 生：岩小ファイブ

第22回 熟年層ソフトボール大会

日時：９月２５日（日）
会場：岩船運動広場
参加チーム：４チーム
優　勝：下大町
準優勝：上大町

問い合わせ先
岩船まちづくり協議会事務局 渡邊（市自治振興課　岩船地域まちづくり担当）
ＴＥＬ：５６－７０７１（岩船地域コミュニティセンターいわくす会館内）
ＦＡＸ：５６－６０５５
メール：toshiki.watanabe@city.murakami.lg.jp
Ｈ　Ｐ：http://www.iwafune-machikyo.net/