

# 保育所だより

## 杵と臼でお餅つき。

下條保育所では毎年恒例のお餅つきを11月28日(水)に日赤奉仕団の方々にお手伝いいただき行いました。蒸した餅米を臼に入れ杵で「ペタンペタン」お餅になるまでは日赤の方々がつき上げてくれ、その後年長児が杵を支えてもらいながら、皆“やる気満々”で餅つきをする事ができました。



蒸したての餅米のご飯やつきたてのお餅を「おいしい!」と味見をしました。また給食にきな粉餅と胡麻餅にしてたくさん食べる事ができました。

昔ながらの手間をかけた餅つきを経験する事は子ども達の五感(視覚-目、聴覚-耳、触覚-皮膚、嗅覚-鼻、味覚-舌)が刺激される貴重な経験だと思います。また、お料理作りに参加する事で、食物に興味を持つ事ができ自分が作った事でおいしさも倍増するようです。



地域の方々に協力していただき、色々な体験ができる事に感謝いたします。

### 自立生活支援住宅改修事業をご活用ください

福祉課では、今年度から要介護認定を受けていない六十五歳以上の方で手すりの設置や段差の解消等が必要な場合について、事業費の八割を補助する事業を行っています(上限八万円)。「転ばぬ先の杖」ということわざもある通り、転倒して後悔する前に、是非この事業の活用をご検討ください。詳細については、いきいきらんど下條へお気軽にお問い合わせください。

## チャリティーバザーにご協力ありがとうございました

去る11月23日の村の文化祭に行いましたチャリティーバザーでは皆様のご協力により沢山の品をご提供いただき、またお買い求めいただき、116,680円の収益金を得ることができました。この尊いお金は一人暮らしの皆様との交流会の費用等に使用させていただきます。



### 飯田税務署長賞

「消費増税について」  
中学二年A組 熊谷豪太さん(菅野)

「僕が考える税」  
中学二年A組 折山達野さん(阿知原)

また飯田地区納税貯蓄組合主催による中学生の「税についての作文コンクール」において、応募作品総数七十九編のうち、熊谷豪太さんが飯田税務署長賞を受賞され、表彰もあわせて行われました。



### 税に関するポスター・作文の表彰

「税を知る週間」内に小中学生から応募された作品の中から、特に優秀として選考されたポスター十一名、作文二名が下條村租税教育推進協議会総会で表彰されました。

この内、協議会長賞に輝いた作品は次のとおりです。

『ポスターの部』  
小学六年二組 鶴田玲菜さん(北又)

『作文の部』  
「僕が考える税」  
中学二年A組 折山達野さん(阿知原)

## 債務を整理するための裁判所の手続きについて

個人である債務者が、借入れ等により債務が増えたり、収入が減ったりして、約束どおり支払うことが困難になることがあります。この様な場合に、債務を整理するための裁判所の手続きとして、特定調停、個人再生、破産の手続きがあります。今後も支払いを続けられるか、話し合いで解決できそうかなどの事情により手続きを選択することができます。

話し合いによる解決		法律に定められた手順による債務の整理	
特定調停手続	個人再生手続	破産手続	
債権者との話し合いにより、返済方法を見直す手続きです。調停委員会が手続きに関与し、合意に向けた調整を図ります。	債務者が、法律で定められた一定額以上の支払計画を立てる手続きです。その計画を裁判所が認めれば、計画に従った支払いをすることができます。	債務者の財産をお金に換えて債権者に分配する手続きです。併せて、支払義務を免除する免責手続を利用することもできます。	

### 第三十回 村民ゴルフ大会結果

第三十回村民ゴルフ大会が十一月十七日(土)、飯田カントリー倶楽部において、百九名という多くの皆様に参加していただき、盛大に開催することができました。

競技結果は、次のとおりです。

優勝	平沢 隆博
準優勝	久保田克郎
三位	中嶋 久志
ベストグロス	久保田克郎

# いきいきらんど情報

## 健康を考えるつどいを開催します

今年度の健康を考える集いは「健康的な食事と運動」をテーマに行います。自分の生活のパターンはどうか、健康的な食事や運動が習慣となっているか、皆さんと一緒に考えてみましょう。

### △日時▽

平成二十五年二月二十三日(土)  
午前十時〇〇分から

### △場所▽

コスモホール

### 〇午前 十時から

- 健康体操 健康サポート 小林新一先生
- ①親子体操
- ②一般向けの体操
- 親子と一般向けに時間を分けて健康体操を行います。
- クッキー作り
- ホットプレートでクッキー作りをします。
- フッ素塗布
- 三〜七歳までのお子さんが対象

### 〇午後

- △昼食▽正午から
- ・日赤奉仕団のみなさんによる「炊き出し」
- ・いずみの家の「パンの販売」
- △式典▽午後一時から
- ・歯の表彰
- ①三歳児で虫歯ゼロの表彰
- ②八〇二〇表彰
- ③親子で虫歯ゼロ表彰
- △講演会▽
- くお腹いっぱい食べても太りにくい噂のタニタ食堂の秘密の話
- 美味しくカロリー減らし・満足感
- 管理栄養士・健康運動指導士 堀越理恵子 先生
- △展示▽
- かがやきクラブ・脳刺激訓練教室・ふれあいサロンの作品

# 健康を考えるつどい



肥満、高血糖、高血圧といったメタボリックシンドロームの要因に、食事のメニューの工夫を通して取り組む株式会社タニタの社員食堂が大評判です。

今年度の健康を考えるつどいでは、株式会社タニタでメタボ対策の特定保健指導や健康な人へのカウンセリング、健康セミナーで講師をされている管理栄養士の堀越理恵子先生にご講演いただきます。

皆さんも健康な生活を送るための秘訣や食事についてのお話をお聞きし、今後の参考にしてください。寒い時期ですが、大勢の皆さんご参加ください。

平成25年2月23日(土)  
午前10時から  
場所: コスモホール