

### 中学生が北里大学メディカルセンターで 外科の手技や救命処置を体験！

7月29日、北里大学メディカルセンターで外科の手技や救命処置を体験する講座「フューチャードクターセミナー」が開催されました。市内外から中学生約30人が参加し、ロボット支援手術や背骨の固定、手術用の針糸を使った縫合、AED操作などの本格的な医療体験をしました。参加者からは「普段ではできないような体験がたくさんできて良かった」、「人が倒れているのを見かけたら習ったことを生かしたい」などの感想が寄せられました。



### 北本市消防団第2分団 新消防ポンプ車納車！

7月30日、配備から16年経過していた北本市消防団第2分団の消防ポンプ車を更新しました。新しい消防車は、安全装備を充実させ、ポンプは電子制御と高性能化しました。今後は、新しい消防ポンプ車で地域の防火に努めていきます。

11月19日(日)に予定している、消防団特別点検でもお披露目しますので、ぜひご覧ください。

## 取材ノート

広報担当者が独自に取材した地域の取組み、活動等についてお届けします。  
☎市長公室シティプロモーション・広報担当 (☎594-5505)

市内で野良猫を見かけたことはありませんか。飼い主がなく、外に放されている猫は病気のリスクを抱え、地域のトラブルにもなり得ます。こうした猫たちを保護し、「里親」を探す譲渡会が市内で開催されていると聞き、取材に伺いました。お邪魔したのは、毎月第一・三日曜日にかがやきサロン(荒井3・79)で開催される「しっぽのしらべ保護猫譲渡会」です。「2年前の夏から、この場所をお借りして譲渡会を開催しています」と話すのは、保護猫団体「しっぽのしらべ」の岡田さん。この日は、保護猫20匹がお披露目されていました。ケージから覗く表情は穏やかですが、環境の変化に敏感な猫たちは、譲渡会では緊張状態。むやみに触ることはできません。

「しっぽのしらべ」のメンバーは代表の笹本さん・小島さん・関口さんご夫妻・岡田さんの5人。県内を中心に、野良猫の保護や里親探し、TNR(野良猫を捕獲し、不妊・去勢手術を行い、元の場所に戻すこと)を行っています。「殺処分数を減らすためには繁殖制限をする必要があるんです」と岡田さんは語ります。

## 猫は“かわいい”だけじゃない 命の重さ理解して 「しっぽのしらべ」保護猫譲渡会



保護猫の「小夏」ちゃん。猫風邪の後遺症により緑内障を発症していたため、片目を手術。甘えん坊で猫には珍しく抱っこされるのが好き。



里親がすぐに決まるわけではありません。希望者には、最後まで飼いつけることができるか等を審査し、誓約書を書いてもらって初めて譲渡が成立します。「単身の方には、ご本人に何かあったときに猫を任せる人がいるかも確認します。だって、命ですからね」と岡田さんは語ります。皆さんに猫を飼う上の心構えについて聞くと、①外に出さないこと、②不妊・去勢手術をすることだと教えてくれました。「猫は人間が飼うために作られた動物で、外で生きていくようにはなっていない。不妊・去勢手術をすれば病気のリスクも減るし、発情期のストレスもなくなります。かわいいけれどその分大変なことも多い。きちんと理解して飼ってほしいですね」

「しっぽのしらべ」  
ホームページ @ Instagram  
@sipponosirabe

## 私たち 理学療法士も お手伝いします！

イキイキとまちゃん体操は、高知県高知市発祥のイキイキ百歳体操をモデルとした体操です。この体操を週1回、3か月以上行った結果、50~90代のすべての年齢で筋力やバランス機能の改善が実証されています。



理学療法士  
長澤青空さん 田沼志保さん

自分に合った負荷で取り組めることはもちろん、仲間と共に体を動かし、外出機会を増やすことも、体操の場に通うことの魅力です。私たち理学療法士も、北本市を元気なまちにするために、体操の指導やイキイキと生活を送るための秘訣を伝授しています。皆さんの通いの場にもお邪魔しますので、よろしくお願いいたします！



音楽セラピーイベントでとまちゃん体操を紹介した介護予防サポーターの皆さん

## 通いの場以外でも

「イキイキとまちゃん体操」をより多くの人に知ってもらい、健康づくり・地域づくりの輪を広げていくため、介護予防サポーターの皆さんは北本老人クラブ連合会を中心に、公民館や自治会で行われるイベントなど、通いの場以外にも様々な場所でもとまちゃん体操を紹介し、地域を盛り上げています。

見かけた際は、ぜひ参加してみてください！

## 介護予防サポーター になりたい！



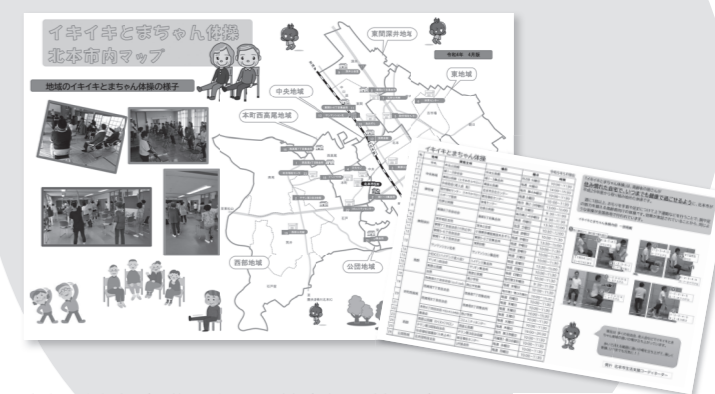
今年の養成講座を修了し、介護予防サポーターとなった皆さん

毎年開催している「介護予防サポーター養成講座」では、全8回、2か月の講座で、イキイキとまちゃん体操や介護予防について、座学やワークを通して学べます。修了すると修了証とサポーター用名札が授与されます。来年も開催予定です！



講座を修了することで、介護予防サポーターのトレードマーク「とまちゃん体操サポーターTシャツ」を購入できます。

## 体操に 参加してみたい！



市役所高齢介護課窓口と社会福祉協議会で、「イキイキとまちゃん体操」を開催する通いの場(全26か所)のマップを配布しています。



ホームページからも  
ご覧いただけます

他にも、「ご自身の地域で新たな通いの場を立ち上げたい」など、イキイキとまちゃん体操を始めたい人は、ぜひ社会福祉協議会(☎593-2961)へお問い合わせください。