



室根まちづくり協議会ニュース

室根まちづくり協議会スローガン

～集い語らい「力合わせてみんなで創ろう」豊かな室根！～

【書面議決】令和2年度 室根まちづくり協議会定例総会

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、室根まちづくり協議会定例総会は書面議決とし、全43の会員団体へ資料を送付しました。新型コロナウイルス感染症の感染終息の見通しが立たない状況から、室根まちづくり協議会でも3密となる事業や会議等について自粛をしています。

最前線でウイルスと戦っていただいている方々に感謝し、不要不急の外出を控え、マスクの着用や手洗い・消毒をすることで、感染予防と感染拡大防止を心がけていきましょう！



～ウイルスはすぐそこにいます～



【お知らせ】

・『立体布マスクの作り方(型紙付き)』を必要な方に無料でお渡ししています。

■室根市民センター〔住所:室根町折壁字大里 201-1〕 ※施設の利用申請については受付を休止しています。

また、室根まちづくり協議会ホームページでも立体布マスクの作り方について掲載されているサイトをご紹介します。インターネット環境のある方はそちらを参考にしてみてください。



引用サイト『Nunocoto fabric』

冊子見本



完成イメージ図

検索 室根まちづくり協議会



QRコードからも
アクセスできます

■ 座ってできる簡単エクササイズ！

※引用サイト

『健康をとり戻す応援サイトGOスマイル』


～腕の体操編～

腕の機能を保つことは、主に着替え・食事といった日常生活動作の維持につながります。




1) **グーパー運動**
両手を前に伸ばした状態でグーパーグーパーを繰り返します。指の関節が曲がる範囲と握力の維持が期待できます。

無理せず自分のペースでやってみよう！



2) **肩回し運動**
指先を肩にのせたまま、前まわし後ろまわしに肩を回していきます。ゆっくりと大きく回すことで、肩の関節可動域の維持につながります。



3) **座ってボクシング**
拳を握って、両手で交互にパンチをだします。何度も繰り返し取り組むと有酸素運動としても効果的です。音楽などを流して行くと楽しくできるかもしれません。

👉 答えは紙を逆さまにして見てね！

自分の住む地域について
あなたはどのくらい知っていますか？

むろね クロスワードパズル

～自由気ままに第1弾～



#お家で過ごそう!



つくってみたら
意外と難しい!!
室根に関係ないワードも出てきますが
ゆるして下さい。。。
by 作者



ヨコのキーワード

1. 室根支所で今年4月から産業経済課と一緒にになった。
4. 釘子にある字名。音読みだと「ホウ」。**【第14区】**
6. 水稻農薬散布カラムシ防除（斑点米対策）では、〇〇〇〇ヘリコプターが使われることが多い。
9. 〇〇〇を保って安心安全な町に。
10. 同じ穴の〇〇〇。タヌキやアナグマなどの動物の別名。
12. 学校から帰る事。いつまでの子ども達の賑やかな声が聞こえる町でありますように。
14. 新型コロナウイルスに便乗した悪徳商法や詐欺に注意！話しを〇〇〇にせず、疑いましょう！
16. 相撲で相手の目の前で手をたたいてひるませる技名は？
20. 一関市営バス（室根）は、一律〇〇百円で利用でき、小学生百円、小学生以下は無料で利用できる。
21. 室根オヤマ電器の隣のスーパー。お弁当がボリューム三ーで格安！
24. 一関市の広報『〇〇スタイル』。月初めの発行と、15日の統合地域版の発行と毎月2回発行される。
25. ヤマ〇〇〇は、室根村時代からの村花（町花）であり、春には花の名前が付いたお祭りが開かれている。

1		2		3		4	5
				6	7		
							C
	B		9				
10		11				13	
					14		15
16	17		18	19			
20			21		22	23	
		24			25		

タテのキーワード

1. 「けったぐる」とは、〇〇という意味で使われる方言。
2. 折壁にある字名「〇〇かえし（〇返）」には、ミッキー型のバス停（蟻塚公園入口停留所）がある。**【第7区】**
3. 道の駅むろねの〇〇〇〇屋で購入できる室根〇〇〇〇は、〇〇〇〇グランプリで2年連続最高金賞を受賞した。
4. 室根神社特別大祭PRキャラクターは〇〇シスターズ。
5. 室根市民センターは施設利用3日前までに申請が必要。休館日は年末〇〇〇（12月29日～1月3日まで）となっている。
7. 令和2年3月31日の室根町の〇〇〇〇は、4,775名で、一関市では川崎町の3,496名に次いで2番目に少ない。
8. 防災無線から「遠～き♪や～まに♪日～はお～ちて～♪」のメロディーが流れてくるのは何時？
10. 標高894.7メートルあり、周囲1,495ヘクタールと共に室根高原県立自然公園に指定されているのは？
11. 名前を記した札の事。別名ネームプレート。
13. おからやきらずは、別名〇〇花と言う。
15. 縦書きの書籍や雑誌は、右に開いて読み進めていけるよう〇〇〇〇の綴じ方になっている事が殆どである。
17. アニメや絵本の世界でのキツネの鳴き声は〇〇。室根に住んでいると分かる実際のキツネの鳴き声は「ギャーン！」。
18. 人為的に疼痛をはじめとする感覚をなくすことを〇〇〇という。手術や歯科治療などで使われる。
19. 津谷川の字名で、津谷川地区の簡易水道〇〇浄水場がある。**【第19区】**
22. 閏年の次の年に開催されている室根神社大祭で、国の重要無形民俗文化財に指定されている『マツリバ行事』で建てられるお仮宮に使われる木はスギとなに？
23. コンピュータゲームやビデオゲームを使った競技のことを『eスポ』と言うが、これは「eスポ〇〇」の略語。

★キーワードを答えて立体布マスクを手に入れよう！★

正解した応募者の中から、抽選で10名の方に立体布マスク2枚を贈呈します！※マスクの柄等は選ばません。回答のA～Eを順番に繋げたキーワードを記入して室根まちづくり協議会までご応募ください。

【応募方法】

- ①郵送（郵券代本人負担）
- ②FAX（0191-64-3044）
- ③室まち協ホームページ問い合わせフォーム

【応募時の記入内容】

- (1) キーワード A B C D E
- (2) ご住所とお名前
- (3) 連絡のつく電話番号

（応募締切：5/22（金）必着）

≪マスクの郵送をもって当選発表とさせていただきます。※郵送予定6月1日（月）頃≫

