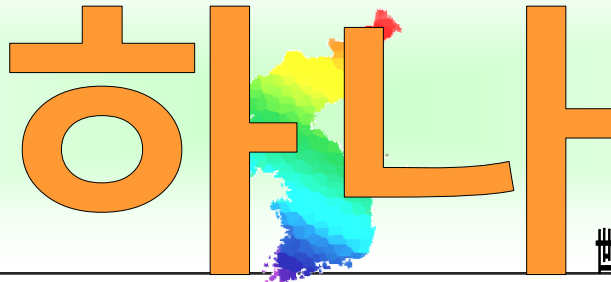


2015年 8月号
通巻 161号

発行所
岩手県盛岡市中央通3丁目8-16
電話019-651-0810
FAX019-653-1057

岩手県同胞生活相談総合センター



世界水泳10m飛び込みで金メダルのキム・グヒョン(16歳)

毎月25日発行 0円 同胞生活情報誌 ハナ songsu75@yahoo.co.jp

8月28日は金剛山歌劇団公演日

連日の猛暑をはねのけ、実行委員長の陳光栄青商会会長はじめ多くの方々が、いよいよ公演に向けて、準備に拍車をかけている。

公演成功のため同胞の皆さんに重ねて協力をおねがいします。公演は8月28日(金)午後2時開演です。多くの同胞、日本の方々に観ていただきたいので、宣伝広報もよろしくおねがいします。公演当日運営スタッフも募集します。お願いできる方は当日11時30分まで会場にお越しください。



東北朝鮮初中高級学校創立 50 周年記念式典 11月14日に開催!

1965年4月25日、東北地方同胞の熱い民族愛・同胞愛により建てられた「ウリハッキョ」が50周年を迎えました。半世紀の間、東北の民族教育の拠点として2000名を超す卒業生を輩出し、東北地方同胞社会の「柱」として存在してきました。4年前の大震災で甚大な被害を被りながら、日本の行政当局の不当な差別で校舎の建て替えがまだなされていない厳しい状況で50周年を迎えます。「50周年記念事業実行委員会」では学校設備の一部改修(食堂を多目的ホールに改修等)を行い、少しでも学生たちの教育環境を良くしようと卒業生をはじめ多くの同胞に募金を呼び掛けております。

すでに卒業生は期別で募金をはじめており9月以降同胞の方々にもお願いに回ることになります。

「50周年記念事業実行委員会」に代わって多くの同胞の協力をお願いします。

第4回みちのくK・Kフェスタ

8月9~10日にかけて東北地方青商会が主催する「コリアン・キッズフェスタ」が一関のく健康の森>で開催された。くウルソムと自然の中でおもっきり遊び倒す!!>をコンセプトに2日間、オリエンテーリングや屋台、キムチづくり体験などを満喫、2日間大興奮だった。実行委員長の陳光栄青商会会長はじめスタッフのみなさん、暑い中ご苦勞様!次号で写真など詳細を掲載します。



ウリ信地域総代・組合員の集い

7月23日、ウリ信岩手地域の総代組合員の集いがホテル東日本で行われた。本店副理事長からの総代会の経過報告のあと金堅一所長が今年度の事業計画についての説明、朴徳根理事の挨拶が続いた。ひきつづき、宮城商工会の金成吉さんが「マイナンバー制度」についての講演があり、2部の懇親会へと続いた。



故金大中氏夫人李喜鎬氏平壤訪問

故金大中大統領夫人の李喜鎬(93)さんが金正恩第1書記の招待で8月5日~8月8日まで共和国を訪問した。

第20回強制連行犠牲者追悼式の案内

1996年から始まった追悼式も今年で20回目を数えることとなりました。今年は祖国解放70周年の節目の年。いまだなされぬ分断の悲劇解消と朝日間の不幸な過去の清算を、犠牲になった先達に誓いを立てる思いで9月14日、11時に同胞の皆さん慰霊碑前に、集まりましょう。



いもじょも掲示板

■金剛山歌劇団 2015 アンサンブル公演

—百年の夢— 盛岡公演

日時:8月28日(金) 開場 13時 開演 14時

会場:盛岡市民文化ホール 大ホール

※同胞のみなさんはチケットが無くてもご鑑賞いただけます。当日受付にて対応します。

■追悼碑「クリーン作戦」

日時:9月5日(土) 9時~11時 30分

場所:岩手産業文化会館敷地内 追悼碑前

※追悼式をまえに草刈りと枝払いをします。ご協力いただける方は当日現地集合でおねがいします。

■青商会結成 20周年記念式典

日時:9月5日(土)

場所:京王プラザホテル

■ウリ信創立 50周年記念式典

日時:9月8日(火) 17時

場所:ホテルロイトン札幌

■第20回強制連行犠牲者追悼式

日時:9月14日(月) 11時 開式

会場:岩手産業文化会館敷地内 追悼碑前

■還暦を迎えた同胞を祝う会

日時:10月13日(火)

会場:つなぎ温泉 ホテル大観/八幡平CC

参加費: 20,000円

※ゴルフ 9時半集合 10時スタート

祝賀会 午後 6時 30分開始

※詳しくは 別送の案内をご覧ください。

■東北朝鮮初中高級学校

創立 50周年記念行事

日時:11月14日(土)受付 14時~ 開始 15時

会場:紅陽グランドホテル

参加費:10,000円

一部 記念式典、2部 記念公演 三部 祝賀宴

ドクターカンの 健康講座

第150回 『老年症候群』

初めて耳にする言葉かもしれませんが何となくわかるかと思います。日常生活の活動量が少なくなり、身体だけでなく記憶力や判断力など脳の機能も含めた全身の機能が衰えた状態をいいます。特徴は、明らかな病気でない、致命的症状でない、初期は日常性の障害が少ないの3つです。ではどういう症状かということ嚙下がうまくできないなどの口腔機能のトラブル、低栄養、転倒、尿失禁、床ずれ、難聴、足の変形、うつ状態などたくさんあります。たしかに命にはかかわりありませんが連鎖反応で悪循環を起こし、やがて要介護を招き健康寿命を短くする原因となります。

今回のポイントは中年から老年症候群対策が非常に大事だということです。加齢そのものが脳血管疾患や心疾患の危険因子ですので高齢とともに増えますが中年期から高血圧、糖尿病、脂質異常などは食事療法、運動療法、薬物療法でしっかりコントロールすることが重要です。女性は筋肉の量が少なく、又閉経後の女性ホルモンの低下で骨粗鬆症が多く見られ、特に骨折はその後の生活に大きな影響を与えます。

生活習慣病予防のためにも運動は欠かせませんが、暑い夏には外でのトレーニングはすすめませんが、室内でも熱中症はよく起きますので、筋力トレーニングをするときはクーラーを入れ 27~28℃にする、こまめに水分を補給する、一度にたくさん運動をしないことが大切です。日常生活に大事な腕、足、腹、腰などの大きい筋肉は夏の間でもトレーニングをして筋力低下を防止しましょう。くれぐれも熱中症には注意されて下さい。

(協力:幸クリニック院長 姜幸一先生)

速報! 世界水泳で金、サッカー東アジア杯男女とも日本に勝利! 女子は優勝!

世界水泳選手権(7/24~8/9、ロシア・カザン)女子高飛び込み(10m)でキム・グクヒョン選手(16歳・表面右上写真参照)が金メダルを獲得した。また女子シンクロ飛び込み(10m)に出場したペアも銅メダルを獲得した。世界水泳での朝鮮のメダルは今回が初めての快挙となる。また、サッカー東アジア杯(8/1~9、中国・武漢)で朝鮮代表女子は3戦全勝で見事優勝した。また、男女とも日本に勝利した。女子が8/1に4:2で勝ち、男子は8/2に2:1で逆転で勝利した。男女ともチームの平均年齢が若く、献身的な走りや闘志あふれる球際の強さが相手より際立った。8.15-70周年に花を添えた。金正恩第一書記がみずから優勝した女子チームを空港で出迎え選手たちをねぎらった。

