

筑波地域包括支援センター

発行日:令和7年2月1日 かわら版 第82号

 **828-5806**

寒い冬から春へと移り替わる頃、「**春一番**」が吹く季節です。「**春一番**」と聞くと「春がそこまで来ている」と感じる方も多いと思います。春一番は立春から春分迄に吹く暖かくて強い南風の事を指します。「**春一番**」が吹いても「**寒の戻り**」等冬の寒さが戻ることがあります。体調には気を付けてお過ごしください。

肩をぐるぐる回す、かかとを上げ下げする、
両手のひらをグーパーするだけでも体を温
まります。寒い日には行ってみましょう。

筑波地区 ～防災イベント開催～

2月16日（日）10時～ 市民ホールつくばね

昨年も開催して、好評を博した「防災イベント」を今年も開催致します。体験コーナーや出展コーナー等様々な催しが開催されます。

スタンプラリーも実施予定です。

（スタンプ5コを集めて景品と交換）



小さなお子様や大人の方まで楽しめるイベントとなっています。東日本大震災や北条の竜巻被害等、知らない子供も増えてきています。皆さんで参加して楽しみながら防災の知識を蓄え、いざという時の備えを行いましょう。



冬の雑学クイズ

- ①人口で比較した場合、世界でも日本は降雪量がトップクラスです。日本で降雪量が一番多い市は？
- ②沖縄県に雪が降ったことは何回あるのでしょうか？
- ③雹（ヒョウ）と霰（アラレ）の違いは何でしょう？
- ④野生の熊は冬眠をしますが、動物園の熊は冬眠するのでしょうか？
- ⑤あん肝の別名は何でしょう？

在宅医療や介護保険の講座を行います。

つくば市や筑波包括支援センターでは、地域住民の方に在宅医療・在宅介護の出前講座を行っています。自宅で受けられる医療や介護、相談窓口はどこにあるのか。。。など、地域の集まり等があった際に地域に出向いて講座や相談を実施します。父母が利用するときの為に、自分の知識として蓄えてください。

ご連絡は**筑波地域包括支援センター**迄

答

- ①青森市・・・年間降雪量が2,168センチになった年もありました。
- ②2回・・・霰（ミゾレ）だったそうです。
- ③大きさの違い・・・霰は5未満、雹は5mm以上です。
過去には29.5センチの雹が降りました。
- ④冬眠しない・・・冬眠するのは食料が無いからで、動物園では冬でも食料がある為、冬眠しません。
- ⑤海のフォアグラ・・・濃厚でとてもおいしいから。