

NPO・きらめき広場

Tessei ● 2006 ● Nobember ● vol.17



写真提供／鯉が滝美写者会 水上 宮人

健康づくりアンケートに答えて景品
のあたる抽選会も用意されています。
終了後、お帰りのバスも運行されます。
是非ご参加ください。

「1に運動 2に食事
しっかり禁煙 最後にクスリ
良い生活習慣は、
気持ちがいい～！」

お帰りのバスの時間 下タ組行…会場3:30発 大竹・野部行…会場3:50発

●ご寄付ありがとうございました(敬称略)

■香典返し

- 安田 毅(亡母定代) 上神代
大茅集会所へ金一封
- 老人クラブ協和会へ金一封
- 社会福祉協議会哲西支所へ金一封
- NPOきらめき広場へ金一封
- 前田 祐夫(亡父祐) 矢田
老人クラブニコニコ会へ金一封
- 倉迫 明(亡父廣美) 矢田
老人クラブニコニコ会へ金一封
- 前田 孝子(本人) 矢田
老人クラブニコニコ会へ金一封

■見舞返し

- 森岡 一美(本人) 矢田
老人クラブ白菊会へ金一封
- 三上 千代(本人) 矢田
老人クラブ白菊会へ金一封
- 石迫 泉(本人) 矢田
老人クラブニコニコ会へ金一封
- 佐々木幸子(本人) 矢田
老人クラブニコニコ会へ金一封
- 高瀬 政美(本人) 八鳥
老人クラブ寿会へ金一封
- 前田 孝子(本人) 矢田
老人クラブニコニコ会へ金一封

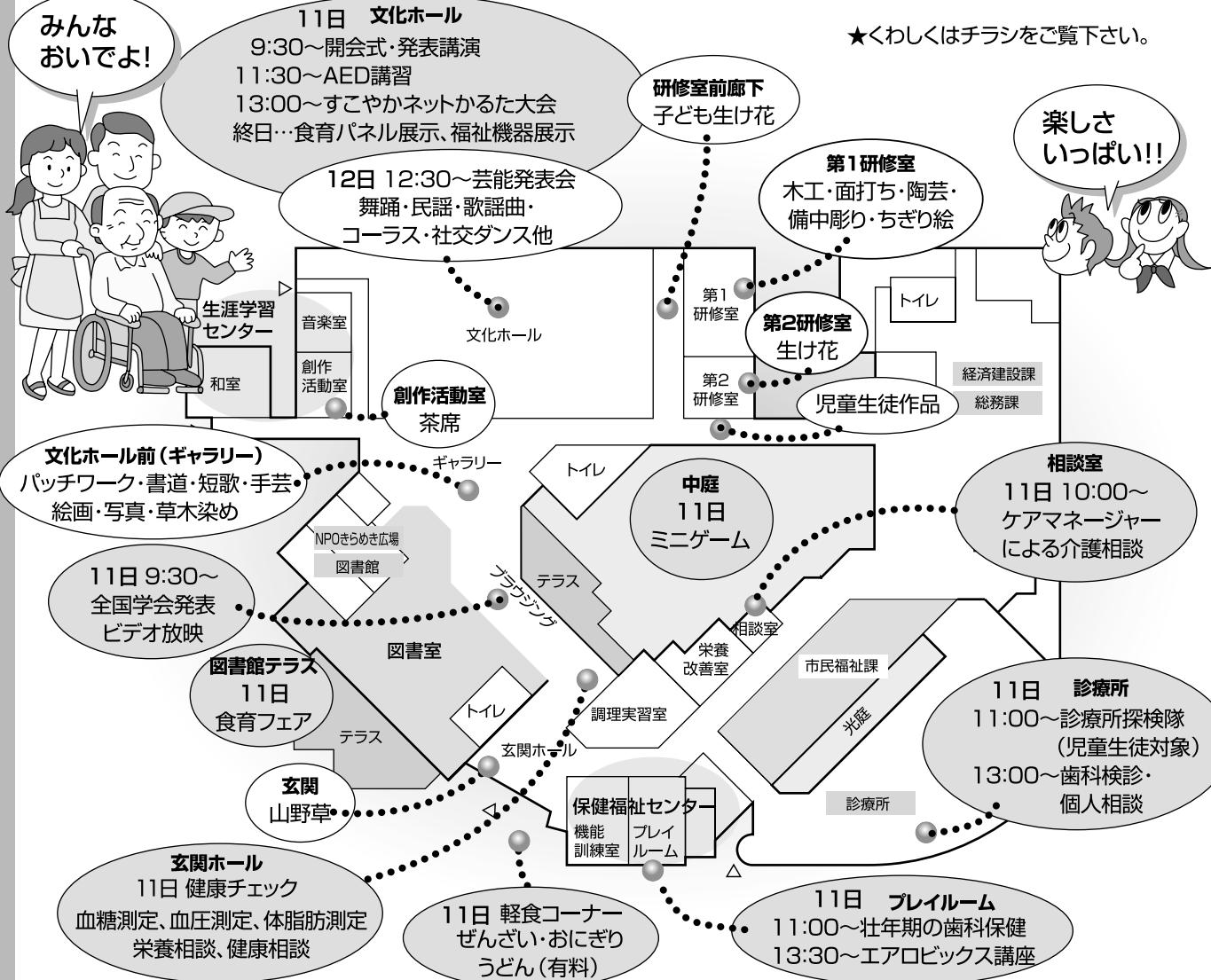
■退院内祝い

- 西江 亜樹 矢田
- 藤原真奈美 東城町
- 図書館へ本を寄贈してくださった方々
- 高瀬 政美(本人) 八鳥
老人クラブ寿会へ金一封
- 西江 亜樹 矢田
- 藤原真奈美 東城町

掲載をご希望の方はNPOきらめき広場事務局 (TEL94-2143・FAX94-2100)までご連絡ください。

11/11 きらめき健康福祉まつり 11/11・12哲西町文化祭

きらめき広場・哲西
★会場マップ★





どりいむコンサート

10月5日、きらめき広場・哲西文化ホールで「どりいむ合奏団」のコンサートが開催されました。

新見市内の幼児と親で組織する「市幼児クラブ交流事業実行委員会」の主催で行われ、さまざまな楽器を使用した音楽は来場者を魅了しました。



しまなみ信用金庫哲西支店杯第32回

広域親善ゲートボール大会開催

10月16日、哲西公民館矢神分館でしまなみ信用金庫哲西支店杯第32回広域親善ゲートボール大会が開催されました。秋晴れのこの日は、哲多町、神郷、哲西町から12チームが参加しさわやかな汗を流しました。会となつた今大会は、郷栄(新見市神郷)の優勝で幕を閉じました。



交通安全パレード



「秋の交通安全運動」期間中、矢神・野馳小学校は児童による鼓笛隊パレードを行い交通事故防止を呼び掛けました。



野馳小学校
矢神小学校



秋の交通安全運動
矢神小学校鼓笛隊



続・とびつく診療所



哲西の医療現場からの声をお届けします

哲西の医療現場からの声をお届けします

内科
中医師のお話
コレステロール値だけで治療するのはもう古い②

実は、コレステロールの値そのものにあまり意味はありません。問題はその人がどれほど心筋梗塞の危険があるかです。心筋梗塞の危険因子は、タバコ、肥満、高血圧、家族歴、糖尿病、低HDLと様々なものがあります。コレステロールはその多数の危険因子の1つです。

コレステロールが高くても他に危険因子がない人はほとんど心筋梗塞になりません。実際、臨床的に糖尿病、高血圧、タバコに比べて、高脂血症をほつといて後悔したという実験結果があります。逆に糖尿病や心筋梗塞の既往がある場合、コレステロールの値に関わらず薬物治療を行なう意味があります。いくつからが危険でいくつからは大丈夫という基準は、基本的に便宜上のものです。また、私は、必ず対象年齢を見てから解釈を考えるよ

歯科 内藤医師の 「乳幼児の歯磨き」

私は、動脈硬化を起こしてしまった後はコレステロールは低ければ低いほど良いのだろうと解釈しています。ですから、コレステロールは量より質で判断する時代、さらに状態で判断する時代になつていると思っています。次回はその話をします。

今回は、乳幼児を歯磨きに慣らしていく良い方法として、「口指あそび」という方法があるので紹介します。

0歳の頃から、子どもの体をよく触り撫でてあげます。頬のあたりに人差し指でちゅんちゅんと触れ、ついでに、楽しく声をかけてあげます。

次に、モシモシと言ひながら、唇に指で触れてやります。子どもが笑ったら、唇の間に指を入れてみます。指を口で吸ってくれたら、下唇を指でリズミカルに撫

でてあげます。

それから、まだ歯の生えていない、歯茎の土堤を触り、上唇の裏側の粘膜をそつと離してあげます。子どもがベロで触つてきたら、クックツと笑つて応えてあげるというあそびの方法です。

こういうことを繰り返すうちに子どもは、口に関わっててくれるることを、楽しみに待つようになります。

きには、喜んで口の中の清掃を受け入れてくれるでしょう。結果的に、指いやぶりの防止にもつながるようです。高コレステロール血症の影響を受けやすい方75歳に至る前に死亡してしまった、その後も生存している対象者は高コレステロール血症の悪影響を受けにくいある意味で特殊な体质をもつてているのではないか（前述したような、戦前の影響）などが推測されています。

（前回）は普通？外食産業やコンビニ、インスタント食品の過食により、若い世代、特に10代のコレステロールは欧米よりも高くなっています。若い世代の症状の

影響）などが推測されています。

（前回）は普通？外食産業やコンビニ、インスタント食品の過食により、若い世代、特に10代のコレステロールは欧米よりも高くなっています。若い世代の症状の

影響）などが推測されています。

（前回）は普通？外食産業やコンビニ、インスタント食品の過食により、若い世代、特に10代のコレステロールは欧米よりも高くなっています。若い世代の症状の



きらりら子育てサロン バルーンアートに挑戦！

10月13日、きらめき広場・哲西 プレイルームで「バルーンアート」に挑戦しました。この日は、新見市立新見図書館の司書竹内さんの指導により細長い風船で動物などを作り親子で楽しい時間を過ごしました。



情報化講習会



10月10日、きらめき広場・哲西 第1研修室で情報化講習会が開かれました。この日は、情報政策課の職員が新見市の取組や、インターネットに接続したパソコンの画面をスクリーンに映し、さまざまな情報の入手方法の説明をされました。



男の料理教室

新見市栄養改善協議会
哲西支部

ヘルスコーナー

9月28日、きらめき広場・哲西 調理実習室で「男の料理教室」を開きました。今回は、「朝ごはんは大切なエネルギー源、朝食をしつかりとろう！」をテーマに楽しく行なわれました。

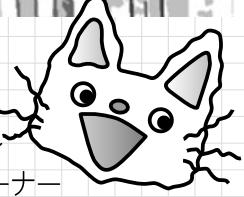
- メニュー
- ◇麦ごはん
 - ◇秋野菜のみぞ汁
 - ◇豚肉のしょうが焼き
 - ◇さけ入り卵焼き
 - ◇さやいんげんのごま和え





子ども映画会

日時 11月11日(土)14:00~
場所 図書館 ブラウジングコーナー^上
内容 「ノンタン・いたいのとんだけ~」



今月の展示本

◎展示コーナー・児童コーナー[星座]

星が美しく見える季節になりました。星座の見つけ方や神話、星占いなどの本を展示しています。

先月の掲示

哲西荘のみなさんが、掲示してくださいました。
いつもありがとうございます！



★開館5周年記念・貸出優秀者表彰

10月15日、哲西図書館で貸出優秀者（上位5人）へ賞状、記念品が贈られました。この賞は、平成13年10月開館から現在までに最も多くの資料を借りてくださった方へ感謝と、今後さらにご利用いただけるようお願いの気持ちを込めて贈られたものです。



田原早苗さん(庄原市)
宮田直紀くん(矢神小3年)
宮田純子さん(矢神小1年)
石迫竜馬くん(矢神小6年)
鈴木順子さん(哲西町)

おしらせ

「聞くにいみ市報」あります。

新見市朗読ボランティア協議会の皆様から毎月、にいみ市報を音声に吹き込んだカセットテープを寄贈していただいている。貸出希望の方は職員へおたずねください。

一日子ども図書館フェスティバル

11月23日(木)勤労感謝の日 10:00~15:30
神郷生涯学習センター(やまびこ広場神郷)

- ブラックライトファンタジー
あの「風の子」がやってくる!
- 野馳小紙芝居アニメ

- 哲多子供神楽
- おおざ源流太鼓
- 他にもバザーや楽しい催しがいっぱい！

in
にいみ
入場
無料

ブック
リサイクル
コーナー
ブック
トークの
部屋

科学あそび
・マジック
の部屋
アンパンマンの
ぬいぐるみも来るよ!
みんな
きてね!!

★児童図書の寄贈のお願い★

「一日子ども図書館フェスティバル in にいみ」では、ブックリサイクルコーナー用の本を集めています。ご家庭で読まなくなった絵本や児童書をご提供ください。児童書寄贈本についての問い合わせは、新見市内の図書館、図書室までご連絡ください。

さつまいもが
できたり

幼稚園のきりん組が育ててくれたさつまいもです。ふかしいもにして幼稚園のみんなで食べました。

うわ～おいしい！



じゃ～ん
こんなに大きいよ!!



海事研修

野馳 小学校
矢神 小学校



野馳
小学校

13日に
による紙芝居「沖
縄珍道中」「カラ
スにおぞれた」
を行いました。
楽しい一時で、
お話を興味もわ
いたと思います。



1学期から準備をしてきました。
電話のかけ方を学び、生徒自身で希望の職場にお願いしたり、承諾を得た事業所に事前訪問をし、注意事項を聞いたりしました。本番の2日間では、掃除の仕方、あいさつの仕方が始まって、お年寄りや小さな子どもたちとの触れ合い、お菓子作り、医療器具の説明、タイヤの脱着、食品のラッピング、ペットのシャンプーなど貴重な体験をし、仕事の楽しさ厳しさの端に触れさせていただきました。また、忙しい中、快く受け入れてくれた事業所の方々への感謝の気持ちはも満々でした。

10月10日には、哲西中学校の3年生が読み聞かせに来てってくれました。今年は全学年を対象に行いました。一緒に活動した仲でもあり、真剣な顔で聞き入っていました。中学生の皆さんありがとうございました。

早寝早起き朝読書

哲西
中学校

2年生
職場体験学習

毎年哲西中学校の2年生は、希望の事業所に行って、2日間仕事を経験させてもらいます。今年は9月20日に新見市・東城の13の事業所でお世話になりました。

1学期から準備をしてきました。

電話のかけ方を学び、生徒自身で希望の職場にお願いしたり、承諾を得た事業所に事前訪問をし、注意事項を聞いたりしました。本番の2日間

では、掃除の仕方、あいさつの仕方が始まって、お年寄りや小さな子どもたちとの触れ合い、お菓子作り、医療器具の説明、タイヤの脱着、食品のラッピング、ペットのシャンプーなど貴重な体験をし、仕事の楽しさ厳しさの端に触れさせていただきました。また、忙しい中、快く受け入れてくれた事業所の方々への感謝の気持ちはも満々でした。

ださった事業所の方々への感謝の気持ちも満々でした。

10月21日に新見市・東城の13の事業所で