

# きらめき



写真提供/村上 耕一 「峠宅の干し柿」

**NPO 通信**  
**紙はリサイクルの優等生**

地球を救うため、二酸化炭素の削減は人類共通の課題です。  
 一人一人が出来ることも「テレビを見る時間を短縮する」「自動車のアイドリングをやめる」「水を大切に使う」「使うお湯の温度を40度から30度に下げる」「冷暖房の設定を1度節約」「資源ごみリサイクル」等々たくさんあります。

私たちが毎日燃えるゴミとして扱っている物の中には、紙類が大きな割合を占めています。紙はゴミじゃない！といわれるように「紙はリサイクルの優等生」だそうです。

紙類をリサイクルに回すだけでゴミは激減し、二酸化炭素の削減に貢献できます。

この地域の「紙」はゴミとして出さないと決意し分別を進め、紙の収集日やPTAの資源ごみ回収日に出したいものです。

ほとんどの紙がリサイクルできます。  
(雑誌の出し方…きらめき7月号3ページ)

※注意/リサイクル出来ない紙…シールやビニールが付いた紙(切り取る)、アルミ箔や金属のついた紙、紙コップや紙皿など防水加工の紙、使用済みトイレットペーパー、ティッシュペーパー、キッチンペーパー、油や食べ物などで汚れた紙、複写伝票などカーボン紙、写真プリント用紙。

100%再生紙を使用しています  
PRINTED WITH SOY INK この印刷物は環境にやさしい植物性大豆インキを使用しています。

### ●ご寄付ありがとうございました(敬称略)

#### ■香典返し

○前田奈美子(亡夫和義) 上神代 老人クラブ協和会へ金一封

#### ■見舞返し

○奥津真須江(本人) 大野部 老人クラブやよい会へ金一封

#### ■一般寄付

○哲西エアロビクス 哲西児童館へ図書カード  
○財団法人下野部部落会 野馳小学校の賀島飛左さん 昔話伝承活動へ金一封

#### ■哲西図書館へ

本を寄贈して下さった方々  
○奥津 房枝 八鳥  
○坂藤 恵敏 上神代

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。

新見市市民環境会議主催(会長 吉良 英記)

### 2007キャンドルナイト in新見

～和のクリスマス キャンドルナイト～

日時 12月22日(土) 18:00~20:00

場所 大池邸(新見中町)

内容 クリスマスライブ  
キャンドルランタン作り  
影絵・光のマジックショー



ぜひ、皆さん来てくださーい!

### ❦ 100万人のキャンドルナイトって?

全世界共通・夏至と冬至、それぞれの国の社会事情や、人間の都合で決められた記念日ではなく、地球に住んでいればどこの国でも必ずやってくる共通の日に開催することに決められました。

日本では、夏至と冬至の夜8:00~10:00の2時間だけ電気を消して、キャンドルの灯りの中で過ごしましょうという催しで、エコロジーの意識の輪を広げていきたいという願いも込められています。

### ❦ ~でんきを消してスローな夜を~

12月22日(土)冬至の夜、皆さんのお家でも2時間だけ電気の灯りを消して、環境について思いを寄せてみてください。



12/9日(日) 13:00~

場 所 きらめき広場・哲西 文化ホール

出演者

- こいこいリトル合唱団(哲西幼児学園児)
- ジャック(哲西の中学生バンド)
- 田中屋(社会人バンド)
- LaVeRs(高校生バンド)
- やまびこコーラス
- ドラム教室
- ローテク(社会人バンド)
- サンクロア(大佐の学生バンド)
- さくらんぼ(健康の森学園卒業生バンド)
- ファインブラインズ(オカリナ)
- POTETO(学生バンド)
- マイサンズ(社会人バンド)

入場無料

出演者一同、皆様のお越しを心よりお待ちしております。



問合せ先

NPOきらめき広場 事務局 〒719-3701岡山県新見市哲西町矢田3604

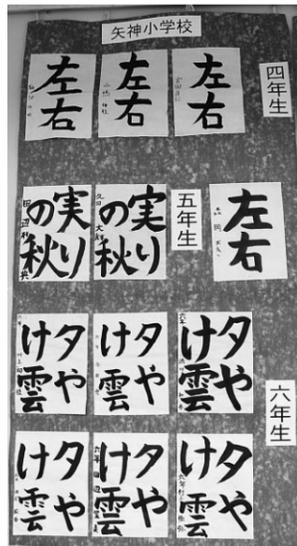
TEL (0867) 94-2143 or 090-8994-7068 FAX (0867) 94-2100

HP : <http://www.npo-kirameki.jp/> E-mail : [post@npo-kirameki.jp](mailto:post@npo-kirameki.jp)



第23回

哲西町文化祭



11月10、11日、きらめき広場・哲西で第23回文化祭が開催されました。両日、文化ホール周辺と旧市民福祉課のスペースには、文化協会員や公民館講座ときらめき子ども教室の受講生らの力作が展示され、11日には文化ホールで芸能部の芸能発表会が行われ来場者を魅了しました。



公民館講座 平成19年度  
カントリー雑貨講座  
作品紹介

アトリエ・カシカシユの垣上さん指導のもと、本格的なプロの仕上がりに講座生も大満足!皆さん、一緒に作りませんか。

村上さんの菊づくり



「菊づくり18年、どうにか見れる花が咲いた」と喜ばれる村上定喜さん、熙海さんご夫妻。鉢いっぱい、こんもりとこぼれんばかりの白、黄色の大輪の菊の中で、謙虚な笑顔が輝いていました。もったたくさんの方に菊づくりの楽しさを知っていただけたらと思います。これからも素敵な花咲かせてください。



お母さんが料理を作っている間、愛育委員さんといい子にしていたよ!

見たい・知りたい・伝えたい!

みんなの広場 Kirarira News



熱演の裏舞台!

お母さんがすすめる  
健康支援事業  
食文化の伝承料理教室  
新見市栄養改善協議会哲西支部  
新見市愛育委員協議会哲西支部  
合同



11月16日、きらめき広場・哲西で地域のお母さんがすすめる健康支援事業の「郷土料理教室」が愛育委員と栄養委員合同で行われました。この日は、栄養委員がたんぼぼクラブ(母子クラブ)の保護者と郷土料理のくさぎ菜おこわ、茶わん蒸し、野方汁を作った後、愛育委員会のメンバーでつくる劇団あいくの人形劇を楽しみました。劇団あいくは、料理を作ってくれる人や食材への感謝が芽生えればと、料理に使った人参や大根をストーリーに取り入れ、手づくりの舞台セットや小道具を使って熱演しました。参加者は、なごやかな雰囲気の中、なごやかな時間を過ごしました。



子どもの病気についてQ&A  
11/10きらりら子育てサロン主催の勉強会から

**Q 「夜中に子どもが頭を打った時 どうすればいい？」**  
**A** まず、日頃から危険性を把握して、事故予防を図りましょう。幼児の死因No.1は事故です。  
 もし、起こってしまったら、も慌てずに、状況把握しましょう。意識はどうか？嘔吐はないか？（脳振盪でも意識障害や嘔吐は来ますが）いつもとどう違うかがポイントです。  
 どこから、どう落ちたか？（どう当たった）外力の大きさも、体の損傷を推定する大きなポイントです。なお、頭の骨は非常に硬いので、多少、コブができるのは仕方ありません。  
 それらを加味した上で、どうしても心配なら、夜間でも診てもらおうべきだと思います。

普段と様子が違う（よく泣く、お乳の飲みが悪い、元気がない、吐く、意識が悪い、顔色が悪い、痙攣がある、呼吸がいつもと違う）などの時には受診してください。  
 頭を打った後にひと泣きしてから、よく眠りに入り

**Q 「上の子が保育園で風邪をもらってくるので下の子どももよく風邪を引くが、あまり風邪薬を飲ませるのはよくないか？」**  
**A** 保育園に通われる皆さんが、軽い風邪だからと通わせるのをやめない限り、難しいかと思えます。あと、軽い風邪だからと、休みの日に人ごみの中などに連れまわすのも、大きな原因です。どうしても、2人目以降は余計に連れまわしがちです。出掛ければ風邪をもらうのは当然です。薬については、抗生剤でない限り、頻回に飲むのは問題ないです。ただ、日本の医師は風

邪に抗生剤を出す方がほとんどです。風邪のほとんどはウイルスなので、抗生剤は効果がなく、逆に抗生剤は腸内細菌を崩す事で免疫にも悪影響があるので、必要なケースをよく選んで処方するべきです。大病院の耳鼻科に通う小児などは抗生剤が効かない耐性菌だらけです。

あと風邪の予防方法として、緑黄色野菜や納豆を日頃から摂取するのもお勧めです。（ビタミンAは肌荒れにも最適）それでも、風邪を引きやすい場合は、柴胡桂枝湯・小建中湯（小児のお中、内臓を建て直す薬）・黄耆建中湯・六味丸などの漢方薬をしばらく飲んでいると肌荒れや便秘・成長障害も改善して、風邪を引かなくなったりします。

**Q 「急な発熱や鼻風邪などいろいろあるが、早めに医師に診せた方がいいのか？」**  
**A** 「熱↓解熱剤ね」「咳？」

↓咳止めね。」と医師もいろいろ。風邪に命かけている医師から、「ほっといても治るでしょう」というのも。中には、1日3回解熱剤を風邪薬に混ぜて出す方も未だにいらっしゃいます。こういう処方方はインフルエンザ脳症に解熱剤がよくない事が言われたらして、激減はしています。激減はしていませんが、こういう藪医者ににかかるのは危険です。

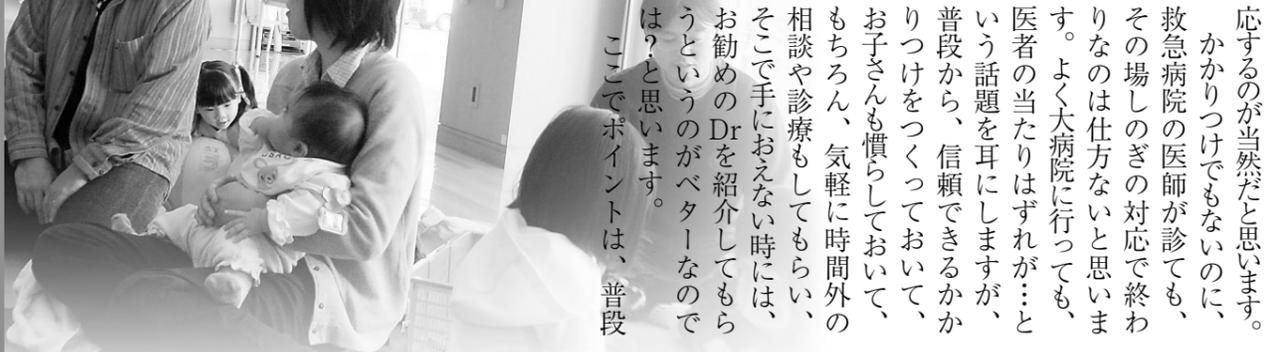
小児の発熱で放置してはいけないものは、3ヶ月未満の風邪（鼻詰まりだけで呼吸停止します）、髄膜炎、肺炎、腎盂腎炎などです。その判断は、やはり普段とどう違うかです。普通の風邪と違う様子なら、なるべく早くに診せるべきです。

よく中耳炎で慌てる方も多いですが、実は、中耳炎も諸外国では72時間は経過をみていい事になっていきます。中耳炎で慌てるべきなのは、耳の後ろの硬い骨の部分に圧痛がある時です。この時は、静脈から抗生剤の大量投与が必要になってきます。場合によっては入院も必要になります。

**Q 「産後しばらく経ったのに、注射した部位が痛む。医者には揉んでくださいと言われたけど、よくならない。」**  
**A** 産後に悪露といつて、本来、出産時に全部出してしまうべきものが、残ったままの事が時々ありますが、それに相当する可能性があまりありません。この先は、診療させて頂かないと、詳細は判断しかねますが、その場合、悪露を出す薬を使えばよく

なります。産後に体の不調（痛みや疲労しやすい、肥満、月経不順）を起こす方の中に、こういった事が原因になっている事があります。私、その方のタイプ（主に冷え性などの部位・程度など）によって薬を使い分けています。

**中醫師から**  
**子育て中の皆さんへ**  
 皆さんのお話を伺っていると、深夜の診療や子どもの様子が変わった時にかかりつけ等が対応してくれない問題があるようですが、我々からすれば、普段診ている方が病気になるたのなら、たとえ深夜だろうが対



応するが当然だと思えます。かかりつけでもないのに、救急病院の医師が診ても、その場しのぎの対応で終わりの仕方がないと思えます。よく大病院に行っても、医者の方針ははずれが…という話題を耳にしますが、普段から、信頼できるかかりつけをつくっておいて、お子さんも慣らしておいて、もちろん、気軽に時間外の相談や診療してもらいたい、そこで手におえない時には、お勧めのDrを紹介してもらおうというのがベターなのでは？と思います。

今回、私も子どももぐれで「きらりら子育てサロン」に参加させて頂き、雰囲気を感じて頂きましたが、面白かったです。診療中だけでなく、他所でみかけた際も、相談させて頂いていきますので、遠慮されずに声をかけていただければ幸いです。当院では、街中での話題も、なるべくカルテにつづるよう努めていますので、後日の診療や予防接種の時には反映されるかと思えます。

なお、よく家内に相談される方が多いのですが、家内は全くの素人ですので、わが子での体験しかお答えできないかと思えます。その点、ご了承ください。



新見消防署哲西分署へ行きました。

おいしいカレーを食べたよ!

たんぽぽクラブに参加しませんか

12月の予定

日時	12月7日(金) 10:00~12:00	日時	12月20日(木) 10:00~12:00
場所	哲西幼児学園	場所	哲西幼児学園
内容	もちつき	内容	クリスマス会

◎行事によっては、実施日時、場所を変更する場合があります。◎出欠の確認は行いません。自由にご参加ください。◎直接開催場所へお越しください。◎たんぽぽクラブの入会は、哲西町に住所がある就学前のお子様を対象です。◎問合せ先 新見市哲西支局市民福祉課TEL94-2112

**歯科**  
**内藤医師のお話**  
**「歯磨き嫌いの理由PART1」**  
 前回に引き続き、子どもが歯磨き嫌いになる具体的な理由を考えていきます。  
 仕上げ磨きは、する方もされる方も楽しんで行うことが大切です。たとえば、仕上げ磨きをするときに、お母さんはどんな表情をされていますか？ いつもはやさしい笑顔で話しかけてくれるお母さんが、歯ブラシをもって怖い顔をしていませんか？ さらに、歯磨きを嫌がりあばれるお子さんにイライラして、「じつとしていらっやい！」と怖い顔でおっついていませんか？ これでは子どもは、ますます歯磨き嫌いになってしまいます。  
 家事等で忙しい時間に嫌がる子どもの歯磨きを行うことは、とてもたいへんでイライラすることはありますが、以前にも述べたようにもつと余裕をもつてあげてください。しっかりと磨けているかどうか重要ですが、まだ、なぜ歯磨きをしないてはならないのか理解できない年齢の子どもなので、無理やり行うのはかわいそうかなと思います。「三つ子の魂、百まで」という言葉のように、理解できなくても、習慣づけることは大切です。  
 それともうひとつ、夜の歯磨きは大切なのですが、子どもが眠くなってから歯磨きするのは避けてください。眠くなる前、子どもの機嫌の良いときにあげましょう。



# 図書館 だより

新見市立哲西図書館  
TEL94-2110 FAX94-2100

休館日のお知らせ  
**年中無休です**  
[年末年始、蔵書点検日を除く]

きりん組

幼児学園

逆上がり練習台が来たよ!みんな、だんだん上手になっています。

神郷の「親子孫水車」へ、列車に乗って遠足にいきました。嬉しい顔を作ったよ!

たき木を集めたよ! やきいも楽しみ~

## 悟空文庫

FNS27時間テレビの企画、絵本を世界の子どもたちに送る「悟空文庫」から、絵本が届きました。

この本は、全国から届いた総数23,256冊を絵本専門家が選別し、日本全国のみならず中国、ブラジルなど世界各国に配送されました。

見知らぬ誰かの温かい気持ちにふれることが出来る本です。悟空文庫のシールが貼ってあります。見つけてみてください。

こんな風に本に貼られています

### 子ども映画会

日時 12月8日(土) 14:00~  
場所 きらめき広場・哲西  
ブラウジングコーナー  
内容 DVD うごく絵本シリーズ「CHIIBIE チルビー」  
チルビーとは、絵本の世界を映像化した「うごく絵本」です。

### 今月の展示本

◎展示コーナー・児童コーナー  
25日まで(クリスマス)、26日から(お正月)に関係した、楽しく参考になる本を展示しています。

①もったいないばあさん  
②きいちゃんとゆきだるまちゃん  
③うさぎくんのぼうし

### 先月の展示

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!

### おはなし会

日時 12月15日(土) 14:00~  
場所 きらめき広場・哲西  
プレイルーム  
内容 ボランティアの方による絵本の読み聞かせ

## 「3Dから3Y」

人権教育の取り組みの中に、こたばを大切にするという活動があります。

本校では、このこたばを大切に実践として、自分や相手を大切に、思いやりの心を持った子どもを育てようと「学級にあふれさせたい言葉」「学級からなくしたい言葉」に取り組んでいます。

また、学級の中からみんなのやる気をなくしてしまつような「3Dことば」でも、だって、どうして」をなくし、みんなのやる気を高めるような「3Yことば」を増やしていこうと「3Dから3Yへ」の取り組みも行っています。

人権週間に向けて、こたばを大切に取る取り組みの輪を家庭へも広げていきたいと考えています。

## 「いじめについて親子で考える会」

10月25日、本校PTA研修部(難波真澄部長)主催による「いじめについて親子で考える」会を持ちました。津山サポーターセンター杉山さん、新見警察署の林さん、新見市青少年育成センターの林さん・上田さん4名と本校教員2名の協力で紙芝居をとおして児童にもわかりやすくいじめについて考えるためのとても良い機会を持つことができました。約一時間の紙芝居と講話でしたが、親子で一緒に考えることができました。特に、早ね早起き・みんなで朝ごはん、大きな声で「おはようございます」の挨拶の大切さや「いただきます」「ありがとう」の感謝の一言が心をなごませたり良い人間関係の構築に役立つ等、考えさせられたり、課題になったり大変有意義な時間となりました。これからもPTA行事や諸活動を通して連携を深めながら児童の成長を見守るべく学校運営にあたっています。

## 「進路を考える一助に」

去る11月6日、本校において、進路指導の一環として「ミニ講演会」を実施しました。

今年、町内在住で新見公立短期大学地域福祉学科・准教授の金山時恵先生を講師にお招きし、「生活の中で大切にしたいこと」と題して講演をしていただきました。先生は、コミュニケーションの大切さを中心に次の四点について具体的な事象を交え、分かりやすくお話し下さいました。

- 進んで読書をしよう。
- 日々の社会情勢を知るために新聞を読んだり、テレビのニュース番組を見よう。
- 何事も相手の立場になって接しよう。
- 色々な世代の人たちと交流をしよう。

…と。

終わりに自分自身を磨き、自らを高めるためには訓練と努力が必要になること、知識だけではなく技術もしっかり身につけて欲しいと結ばれました。ご多用の中大変お世話になりました。

年末年始 休館日のお知らせ 12/29(土)~1/3(木)