

きらめき広場



制作/哲西荘 デイサービス ひまわり

哲西図書館入口に展示してある哲西荘の作品です。

毎月、季節に合わせて素晴らしい作品を展示してくださっています。ぜひ、足を止めてみてください。

誰もがいつでも自由に「移動」できる地域社会実現のため、公共交通に加え市民自らのたすけあい活動による移動手段を考えることが必要となってきました。暮らしを守るため、みんなで「移動」について考えてみたいと思います。ご意見をお寄せください。

(TEL94-2143 NPOきらめき広場まで)

NPO通信

私たちの暮らしと「移動」

私たちの暮らしは、仕事・買い物・レジャー・通院など移動や外出なしでは成り立ちません。現在、移動の大半を自家用車に頼っていますが、高齢化の進行にともない自家用車を使った移動が困難な方が激増してきます。

この様な状況に対処するため、新見市でも地域公共交通会議が設置され、交通手段を持たない人々への対応や公共交通の空白地域の解消などに対する検討が始まりました。

しかし一方で、J.R・市バス・福祉バス・タクシー等の公共交通を利用すること自体が困難な方も次第に増加しています。

NPOきらめき広場では、平成18年から新見市内の移動制約者（移動や外出に介助や見守りなどが必要な方）を対象に福祉有償運送サービスを開始し、ボランティアの皆さんの協力のもと進めています。

誰もがいつでも自由に「移動」できる地域社会実現のため、公共交通に加え市民自らのたすけあい活動による移動手段を考えることが必要となってきました。

暮らしを守るため、みんなで「移動」について考えてみたいと思います。

●ご寄付ありがとうございました(敬称略)

■香典返し

- 高尾 正人(亡母サキ子)大野部 下野部集会所へ金一封
- 田辺 靖典(亡父万住)上神代 老人クラブむつみ会へ金一封
- 佐伯 伸夫(亡父正市)上神代 老人クラブむつみ会へ金一封
- 松川 直樹(亡父実)上神代 老人クラブむつみ会へ金一封

■見舞返し

- 宮崎アイノ(本人)上神代 老人クラブむつみ会へ金一封
- 児山 三郎(本人)上神代 老人クラブむつみ会へ金一封
- 室 敏雄(本人)上神代 老人クラブむつみ会へ金一封
- 西川由利子(本人)上神代 老人クラブ協和会へ金一封

■一般寄付

- 沖津 清根 大野部
 - 村上 耕一 上神代
 - 小谷 運重 大野部
 - 田辺 四郎 大野部
- NPOきらめき広場へ図書カード
哲西図書館へ図書カード

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。



Kirameki Christmas Concert

平成21年
12/13(日) 13:00~
(開場12:30)

【場所】
きらめき広場・哲西 文化ホール

主催●きらめきクリスマスコンサート実行委員会
後援●新見市哲西公民館
問合せ先●哲西支局市民福祉課 ☎94-2112

きらめき福祉移送Q&A

Q登録すれば誰でも利用できますか?

Aいいえ。利用対象者は限られています。

新見市内に住所を有する方で、事前に利用者として登録された、次に掲げる移動困難者及びその付添人に限られています。

- 身体障害者
- 介護保険による要介護認定者
- 要支援認定者、肢体不自由者、内部障害(人工血液透析を受けている場合を含む)、精神障害、知的障害等により単独での移動が困難な者であって、単独では公共交通機関を利用することが困難な方

Qタクシーとの違いは?

A外出全体をサポートします。

2日前までにご予約ください。タクシー運賃の半分程度の費用で自宅から買い物、通院などの用事を済ませて帰宅するまでの移動と介助を引き受けます。

○出発地または到着地のどちらかが新見市内でなければいけません。

○目的地までの片道利用を希望の方は相談に応じますのでご連絡ください。

Qなぜ2日前までに予約がいるのですか?

Aこの事業の許可条件であるためと、運転手の手配のためです。(予約の都度、ボランティア運転手へお願いしていますのでご理解ください)

Q登録するにはどうしたらいいですか?

A登録申請書を書いていただけます。申請書はNPO事務局へ備えてあります。お電話で住所を教えていただければ郵送で手続きをすることもできます。

○登録認定までは、申請書をNPO事務局へ提出していただいてから約1週間かかります。

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



男女共同参画 地域交流運動会

11月8日、野馳婦人会は老人クラブと共催で男女共同参画地域交流運動会を開催しました。

この日は、野馳小学校を会場に趣向をこらした楽しい競技種目が行われ、地域住民の親睦を深めました。

運動会終了後には岡山県警察音楽隊の演奏が行われ、その見事な演奏は参加者を魅了し、より一層の防犯意識や交通安全意識を高めた地域の心を一つにしました。



第25回 哲西文化祭 ～芸術の秋を満喫～

11月7日、8日、きらめき広場・哲西で第25回哲西文化祭が開催されました。

作品は7日午後から15日正午まで展示され、文化協会員や公民館講座ときらめきこども教室の受講生、哲西地域学区内生徒の力作が飾られました。

芸能部は9日、文化ホールで芸能発表を行い日ごろの練習の成果を発揮し来場者を楽しませていました。



見たい・知りたい・伝えたい!
みんなの広場 Kirarira News



老人クラブ白菊会は11月1日、矢神駅の清掃活動を行いました。

この日は、午前8時半から会員約24人が参加し、矢神駅上下線

矢神駅の清掃 老人クラブ白菊会 (会長 加藤英郎)



ホームの庭木の剪定や草刈りなどの清掃に汗を流しました。

地域貢献活動として自分たちの駅を自分たちできれいにしよう!と20年以上前から継続して駅の清掃をしてくださっています。平成15年には新見ライオンズクラブから「We Serve」賞を受賞するなど、その活動は高く評価されました。

矢神駅は御衣黄桜(ぎよいこうざくら)が咲くことでも知られています。地域の大切な場所を守り続けていくため、清掃活動への理解と協力が必要となっています。

福祉有償運送中国地区 ネットワーク交流会

11月15日、きらめき広場・哲西第1研修室で、広島・鳥取・島根・岡山県の各代表団体をはじめ九州地区佐賀県ネットワーカーなどから33名が集い、第1回中国地区ネットワーカー交流会が開催されました。

各県の移動サービスの現状報告をはじめ、全国移動サービスネットワーク理事による基調講演をもとに今後の移動制約者に対するサービス充実策や国や県・市に対する提言などを話し合いました。

参加者は「誰もが、いつでも自由に移動できる社会の実現に力を合わせて努力しよう」と決意を新たにしました。

NPOきらめき広場は、障がいや高齢により自立しての移動が困難な皆さんの移動を支援する活動を行いながら、岡山県下で同様のサービスを展開しているNPOや社会福祉協議会など37団体が参加する「移動ネットおかやま」の事務局を担当して、県下の福祉有償運送サービスの拡大に尽力しています。





12月の担当医表 (岡山光生病院から)

1日(火)	池田(外科)	外傷外科・胸部外科
8日(火)	高畑(内科)	呼吸器・循環器
15日(火)	土持(外科)	腹部外科・血管外科
22日(火)	藤原(内科)	消化器(内視鏡)
29日(火)	休み	

*理学療法士によるリハビリは毎週火曜日です。

内科 インフルエンザ 予防接種について

今シーズンの季節性インフルエンザワクチンは、新型インフルエンザワクチン製造のため、昨年に比べワクチン製造メーカーの製造量が2〜3割減となっています。そのため、全国でも非常に品薄な状態で、当診療所に入荷するワクチンも少なく、今シーズン入荷する予定のワクチンは、予約の方で終了となりました。皆様のご希望に添いかねる事をお詫び申し上げます。また、新型インフルエンザワクチンは基礎疾患のある方の接種がはじまり、続いて1才から小学校3年生までの方の接種も行えるようになりましたが、ワクチンの入荷が遅れております。

予約された方へは、入荷次第ご連絡させて頂いております。

インフルエンザ予防接種についてご不明な点がありましたら、診療所窓口にご相談ください。

歯科 歯と食べ物の関わり

内藤医師のお話

皆さんご存知のように、人間の歯は、全部で28本(親知らずも含めると32本)あります。そのうち前歯(切歯・門歯)は8本、犬歯は4本、臼歯は大小合わせて16本(親知らずを含めると20本)です。それぞれの役割をみると、犬歯は動物性の食品、つまり肉食用(魚も含む)の歯。前歯(切歯・門歯)は植物性の食品を噛むのに使われ、野菜の根菜類、さらに海藻類も入ります。臼歯は、読んで字のごとく、臼状の歯で、これは穀物や種実類、豆類をすりつぶすための歯です。

さて、草食動物であるキリンの歯はどのような並びになっているのでしょうか? キリンの下顎の門歯(前歯)は草や木を食い切るため良く発達しています。上顎には門歯がありません。その代わりに歯板という堅い歯茎があつてこれが下顎の

門歯とぶつかります。丁度、まな板と包丁の役割に似ています。犬歯はあまり良く発達していません。(以前お話ししたサルと違い、噛み付いたりして戦う必要がないからでしょうか?) 類歯(前臼歯と臼歯を含めた呼び名)は草木の繊維をすりつぶすため、大きく頑丈な臼歯になっています。そして、頬をふくらませて下顎を左右に擦り合わせ良く噛みます。キリンはウシと同じように反すうと言って一旦食べたエサを噛みかえします。従って門歯と類歯が納まっている顎は大きく長く強力に発達しているのです。

これらのことをふまえると、人間の食べ物も歯の形状と数に大きなかわりがあるのではないのでしょうか。昔から、食生活の基本は歯の数に合わせて食物をとることだといわれてきました。すなわち、それが歯の比率1対2対4(親知らずも含めると5)で食



物の摂取の比率を考慮することで、犬歯が1、前歯が2、臼歯が4(5)の比率は、犬歯+動物性食品が1、前歯+野菜が2、臼歯+穀物が4(5)です。つまり、肉や魚を「1」食べるとしたら、その2倍の野菜と4(5)倍の穀物を食べることが、健康を維持する人間としての理想的な食事のあり方だということです。もちろん病気の方、あるいはその予備軍とされた方にはそれ相応の食事があります。(私のようなメタボリック症候群にはもう少し穀物の割合を抑えなくてはいけないようです!) この比率を守って、皆さんも健康を維持しましょう。



9/6 新砥地区 敬老会に出席

大田ふれあい教室(哲多町)紹介



10/30の介護予防教室交流会(新見市)に参加するため、準備や予行練習に熱心に取り組みました。



きらりら子育てサロン NPOきらめき広場

11/11 プリザーブドフラワー講習会~本物なのに枯れないお花~ 自分だけのオリジナル作品を作りました。



子育て中の方なら、どなたでも参加できます。

12月の予定

- 9日(水)9:00~15:00 松ぼっくりでクリスマス飾りを作ろう!
- 19日(土)9:00~12:00 誕生会・靴下人形劇*小中学生とふれあい遊ぼう!
- 22日(火)9:00~15:00 クリスマス会(ブラックシアター)





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〕

哲西図書館利用者のための
乳幼児一時預かり
毎月第1・第3月曜日10:00~12:00
きらめき広場・哲西プレイルーム

子ども映画会

日時 12月12日(土)14:00~
場所 きらめき広場・哲西
哲西図書館
ブラウジング
コーナー

内容 DVD
「はみがきしゅこしゅこ」



おはなし会

日時 12月19日(土)14:00~
場所 哲西図書館 児童コーナー
内容 ボランティアの方
による絵本の
読み聞かせ



今月の展示本

◎展示コーナー
〈クリスマス〉
クリスマスの楽しい
気分を、さらに盛り
上げるような本を集
めてみました。

◎児童コーナー
〈クリスマス〉
子どもから大人ま
で楽しめるクリスマ
スの絵本を選び
ました。



11/7

第8回
図書館
まつり



宝さがし

バルーン
アート



オカリナ
ファイブ
ライン



手遊び
きらりら子育て
サロン



エレクトーン
演奏
安田恵子さん
(安田ピアノ教室)



年末年始の休館日

12月29日(火)~1月3日(日)



うさぎ組

ドキドキした発表会!

かわいい衣装を身に着けて、楽器や歌、劇に挑戦!!! たくさんの拍手をもらいました!

認定
こども
園

新見市では、義務教育修了までに実践的なコミュニケーション能力を身につけた児童生徒を育成するため、本年度より市内の全小・中学校において週1時間の外国語活動・英語表現科の授業を開始し、新見市小中貫英語教育を開始しました。
去る11月11日、こうした教育を推進するため3年間の研究を進めてきた小中学校(思誠小・唐松小・矢神小・美郷中)で、授業公開や研究発表・協議が行われました。
矢神小学校では、2年生と4年生の学級で授業公開を実施しました。どの学校でも、児童が楽しく英語が学習できる授業の在り方を3年間研究してきましたが、どちらの学年の児童も、他校の多くの先生方が参観する中、物怖じせず楽しく英語でコミュニケーションをとることががんばっていました。



英語して、
楽しいよ!
矢神
小学校



自分たちの周りの環境を気持ちのよいものにするために、全校児童が2つの活動をしました。
一つ目は、10月28日(水)の「クリーンクリーン野馳」です。これは日頃お世話になっている場所を掃除したり、道路のゴミ拾いをしたりする活動です。上学年は児童館へ、下学年は哲西公民館野馳分館へ行き、窓ふきや草取りをして、帰る道々、「ゴミ拾い」をしました。
二つ目は、11月9日(月)の「花いっぱい集会」で、学年単位で、パンジー・ビオラの苗やチューリップの球根を植えました。どちらの活動も1~2時間程度です。から時間的には十分とは言えませんが、こうした活動の積み重ねが大切なのだと思います。

気持ちのよい
環境づくり

野馳
小学校



中学生の主張
校内弁論大会
このほど哲西中学校では自分の思いや考えを筋道立てて主張する技能や態度を身につけることを目的に恒例の校内弁論大会を行いました。
審査は、「論旨」「感銘度」「態度」の総合計得点で行われ、各学級ごとに選出した代表6名の弁士たちは、自分達の身近な話題や生活体験を題材に意見や主張を述べました。
その結果、優秀賞には「戦争に使われる膨大な額面の国家予算と広島の語り部松本とみ子さんの実話から、誤った正義や悲惨な過去を教訓として、正しい考えを身につけて未来へ展望をもって生きよう。」と訴えた3年生の沖田愛有美さん「伝えられるもの」が選ばれました。
沖田さんは学校代表として新見市中学生弁論大会へ臨むことになりました。

哲西
中学校

