



写真提供/ 鯉が窪美写者会 守下 弘二

益と正月が一緒に来たようというたとえがありますが、その一つ、お盆が近づきました。

お盆は、8月13日～16日(本来・旧暦7月15日を中心)に行われる先祖供養の儀式で、先祖の霊があつた世から現世に戻ってきて、再びあつた世に帰っていくという日本古来の信仰が、後に仏教と結びついてきた行事といわれています。

お盆の時期には、先祖の霊を迎え、慰め、そして送るイベントとして境内や広場に老若男女が集い踊る「盆踊り」が各地で盛んに行われます。

数百年の歴史があるといわれる阿波踊りや郡上踊り、近くでは備前松山踊りなど有名ですが、全国各地にその地域特有の盆踊りが伝承されています。

市内でも、昭和の初めころまでは小集落ごとに実に多くの場所、昔から伝わる踊り(地踊り)が踊られていたようですが、近年地踊りが踊られる盆踊りがめっきり減ってきました。

歴史を重ねた民俗文化の地踊りを伝承しようと「哲西町地踊り保存会」の手により、今年も8月21日(土)きらめき広場・哲西を会場に、2010夏祭りin哲西が開催されます。

夕涼みがてら、盆踊りに出かけて見ませんか。

踊るアホウに 観るアホウ
同じアホなら踊らにゃ損・損!!

NPO 通信

盆踊り(地踊り)

●ご寄付ありがとうございました(敬称略)

- | | | |
|------------------|----------------|--------------------|
| ■香典返し | ○佐々木清二(亡父清) 矢田 | ○渡辺 久子(本人) 大竹 |
| ○宝蔵 幸枝(亡父孝治)上神代 | 老人クラブみどり会へ金一封 | 老人クラブ大竹白寿会へ金一封 |
| 宮の尾集会所へ金一封 | ■見舞返し | ○田辺千枝子(本人) 大野部 |
| ○熱田 豊(亡義祖母静恵)大竹 | ○田辺 金代(本人) 上神代 | 本区公会堂へ金一封 |
| 老人クラブ大竹白寿会へ金一封 | 老人クラブむつみ会へ金一封 | ■一般寄付 |
| ○瀬尾 真一(亡母サカヨ) 大竹 | ○高橋 厚子(本人) 上神代 | ○新見市愛育委員会哲西支部 |
| 老人クラブ大竹白寿会へ金一封 | 老人クラブむつみ会へ金一封 | 哲西認定こども園へ |
| ○善 江 院(亡老僧) 矢田 | ○千原 香(本人) 上神代 | タオル・石鹸・色紙多数 |
| 荒掘地区へ金一封 | 老人クラブむつみ会へ金一封 | ■哲西図書館へ本を寄贈くださった方々 |
| ○胡重富貴子(亡夫寿美勇)大野部 | ○村上智鶴子(本人) 大野部 | ○沖田 房代 八鳥 |
| 信藤集会所へ金一封 | 野原地区へ金一封 | ○清水 昭男 姫路市 |

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。



8/21(土)18:00~22:00
きらめき広場・哲西 特設会場

今年も祭りを盛り上げた連や個人へ各賞が!

各種バザー

かき氷・うどん・生ビール・ジュース・
フランクフルト・フライドポテトなど(予定)

主催●哲西町地踊り保存会
共催●NPOきらめき広場
後援●新見市 協力●阿哲商工会

盆踊り練習会

日時 8月20日(金)までの
毎週金曜日 19:30~
場所 道の駅鯉が窪
*哲西の地踊りと新見ふるさと祭りの
練習を行います。

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

国民文化祭・おかやま2010
平成22年10月30日(土)～11月7日(日)

6月13日、岡山・後楽園で「お田植え祭」が行われ、太鼓田植えを伝承している「哲西町はやし田植え保存会」と「神代郷土民謡保存会」が多くの観光客らを楽しませました。

この日は、あいにくの天候となりましたが、「雨の中の田植えも風情があつていい」との声も聞かれました。今年から「お田植え祭」は6月の第2日曜に行われます。

同会は、10月30日から開催される「国民文化祭」にも合同で参加する予定で、文化の祭典に相応しい活躍が期待されます。



岡山・後楽園で「お田植え祭」

ふれあいいきいきサロン

(ミニデイサービス)

毎回、保健師や看護師による健康チェックと健康相談、健康運動指導士の運動指導、楽しいゲーム等で有意義な時間を過ごしておられます。

各地区ごとに思考をこらした催しも企画され、地域住民の介護予防の推進、また気軽に集える場として大きな役割を果たしています。

6/21 大竹白寿会のミニデイサービス

鈴木医師の分かりやすい話に熱心に耳を傾ける参加者

動脈硬化を防ぐには
日常生活習慣、食事や運動などに気をつけるだけでも、予防・改善の効果は得られます。



6/16 三光ミニデイサービス

この日は、健康チェックとOSK運動指導士の石原さんによる運動指導が行われた後、哲西福祉会の生内荘長から「哲西荘について」の講話と、安部生活援助員の指導で楽しいゲームが行われました。



見たい・知りたい・伝えたい!

みんなの広場 Kirarira News

今、哲西地域は注目されています。NHK放送大学の教材用の映像取材も行われました。

テーマ
「地域医療に取り組む
医師・住民と地域資源」



7/10

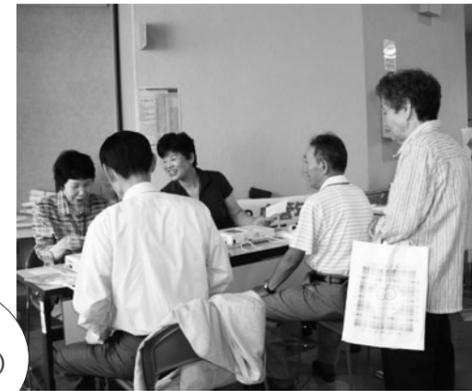
きらめき健康福祉まつり

「自分で守る、みんなで支える、みんなの健康」 主催/哲西地域包括ケア推進協議会

今年も明るく、楽しく、元気に暮らせる地域づくりを目指して行われました。



煙中体験
(煙道の中を通り抜ける体験)
新見消防署



ちゃんと洗えてるかな?
手洗いチェック!

AED取扱・心肺蘇生法の講習・住宅用火災警報器啓発活動
新見消防署哲西分署



(看護師 安倍)

内科



血圧計はどれがいいの？



上腕式 (アームイン)



上腕式(アームイン)は、腕を機械に通して計測するタイプです。こちらも手首式より正確に測定できます。腕を通してボタンを押すだけなので簡単です。ただし価格が高いのと場所をとるのが欠点です。

手首式



手首式は、計測方法が簡単で価格も安いというメリットがありますが、体の末梢で計測するため外環の影響を受け、他の方式と比べて精度がおちます。血圧計を心臓のあたり(左胸)にあてて測ってください。

上腕式 (巻きつけ型)



上腕式(巻きつけ型)は、上腕で計測するため手首式よりも正確に計測できますが、腕に巻く作業が面倒です。価格は安いものが多いです。

8月の担当医表

(岡山光生病院から)

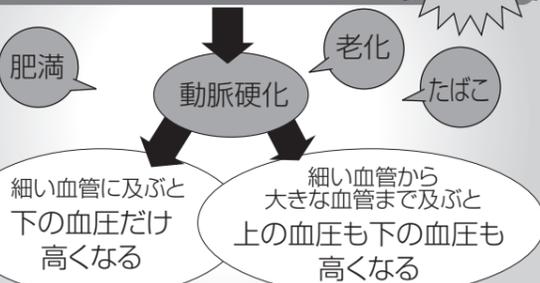
3日(火)	高畑(内科)	呼吸器・循環器
10日(火)	土持(外科)	外傷外科・胸部外科
17日(火)	藤原(内科)	消化器(内視鏡)
24日(火)	池田(外科)	腹部外科・血管外科
31日(火)	高畑(内科)	呼吸器・循環器

*理学療法士(亀山・久山)によるリハビリは毎週火曜日です。

*受診希望の方は、あらかじめご連絡ください。

なぜ上の血圧だけ高くなる？
なぜ下の血圧だけ高くなる？

血管の抵抗↑



休まることなく圧が高ければ血管は痛みやすい

歯科

内藤医師のお話

「口臭」についてパート3

口臭を気にする人は、ここ最近増加傾向にあります。それに伴い、様々な口臭対策グッズが売り出されていますが、日頃から行っている口内のお手入れ方法が間違っていて、状態を悪化させている場合も多いようです。

口臭をなくすためには、日頃どんな口臭ケアが最適なのでしょう？

口臭予防のポイントで最も重要なのは、歯と歯茎のケアです。具体的には正しい歯磨きを行う事です。横磨きやたて磨き、ローリング法など様々な歯磨き法が取り立たされていますが、歯の場所や傾き、歯並びなどによってその方法を変えることも必要です。

口臭の原因の一つである舌苔を予防するには、柔らかいものばかりを摂取しない事です。舌の中央部には無数の突起物(舌乳頭)があり、食べカスや細菌が絡まりやすくなっています。もし、舌苔になってしまったら、舌ブラシ等で削ぎ落とすように直接



除去していきましょう。だからと言って力を入れすぎると味覚を司る部分に傷をつけてしまうので注意が必要です。

あと、意外に思われるかもしれませんが、人の唾液と口臭予防とは密接な関係にあります。唾液には、口の中の細菌を除菌する自浄作用があり、食べカスや細菌を次々に撃退していきます。この唾液の分泌が減ったりすると劇的に細菌は増殖し、口臭が起りやすい環境が整うのです。よってこの唾液の分泌を一定に保つ事が口臭予防に有効であり、具体的には、食べ物をよく噛んで食べることで、また唾液の出やすいように酸味のあるものを摂取したり、唾液腺をマッサージすることも有効かとおもわれます。



7/18 ●人形劇団「ののはな」



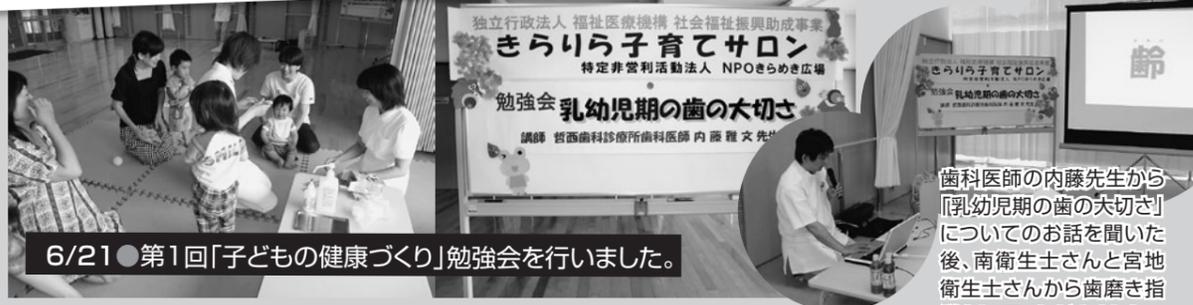
NPOきらめき広場
きらりら子育てサロン

独立行政法人 福祉医療機構 社会福祉振興助成事業

6/19 ●6月生まれ お誕生日おめでとう



子育てをしておられる方、どなたでも参加できますのでお子様と一緒に遊びにおいでください。みんなで楽しみながら子育てをしましょう。子育て中の方なら、どなたでも参加できます。



6/21 ●第1回「子どもの健康づくり」勉強会を行いました。

歯科医師の内藤先生から「乳幼児期の歯の大切さ」についてのお話を聞いた後、南衛生士さんと宮地衛生士さんから歯磨き指導をしていただきました。

8月の予定	11日(水)	9:30~15:30	水遊び、ミニプール遊び
	21日(土)	9:30~12:00	お兄ちゃん、お姉ちゃんと水遊び
	25日(水)	9:30~15:30	8月生まれの誕生会
	29日(日)	9:30~12:00	「カブラで遊ぼう」講習会





● 哲西荘の展示

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。

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 7月10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「スイミー」

★ 夏休みの催し

①新見市立図書館
スタンプラリー
市内6ヶ所の図書館、
図書室へ行ってみよう!
●対象:新見市内在住の
小学生以下の子ども

②毎年恒例 哲西図書館だけのスタンプラリーもおこないます。
好きな雑誌の付録を選んでね。
●対象:哲西図書館利用者

③古本リサイクル
8月13日(金)~8月15日(日)
雑誌、古本をご自由にお持ち帰りください。

④自由研究や工作に役立つ本、課題図書展示をしています。

たなばた

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】

今月の展示本

◎展示コーナー〈幽霊・妖怪〉
暑い夏、こわ~いおばけの本や妖怪・妖精が出てくる本を読んでみませんか?



◎児童コーナー〈おばけ〉
かわいいおばけやゆかいなおばけなど楽しいおばけの絵本を展示しています。



大好きな水遊び

おままごと

シャボン玉

うさぎ組

認定こども園

五年生 宿泊研修 「水辺の学校」

矢神小学校

野馳小学校

6月22日(火)から泊二日、両小学校の5年生22名が「水辺の学校」に行きました。島根県立青少年の家「サンレイク」に宿泊し、宍道湖周辺でさまざまな体験活動を行うこの「学校」は、平成20年度から実施しているものです。梅雨のさなかで雨も覚悟していましたが、雨が降ることもなく、予定していた活動はすべて順調に行いました。



きもちいい

色々な生き物がいるよ

こんな風を作るんだね

まずは、児童の多くが楽しみにしていた大型カヌー「サバニ」での活動です。やや風が強かったものの、かけ声を合わせて懸命に漕ぎ、達成感を味わいました。夜は、キャンドルサービスマスや館内ウォークラリーを楽しみ、静かに就寝しました。
2日目は、レーザークラフトでキーホルダーを作ったり、宍道湖で水辺の生き物を観察したりしました。宍道湖にはずいぶん多くの生き物がいることに驚いていました。両校の児童が協力し合いながら泊二日を過ごし、規律ある日常生活の過ごし方から体験活動まで、貴重な学習をしました。心身共にたくましさが増した2日間でした。

音楽発表会

哲西中学校

生徒たちが協力して合唱や合奏を仕上げていくことを通して、仲間との絆を強めるとともに、音楽の素晴らしさを感じてほしいという願いをもって、6月末の参観日に音楽発表会を実施しました。
生徒たちは約一カ月半、各学級や選択音楽の授業時間や学級での時間などを使って練習をしてきました。そのかいあって、生徒たちは自信あふれる歌声や演奏を披露してくれました。この行事を通して充実感や達成感を味わうことができたと感じています。
また、PTA有志による合唱や教職員による合唱も行いました。



文化講演会 短歌交流の集い

短歌交流の集い



7月18日、きらめき広場・哲西文化ホールで短歌交流の集いが開催されました。
この日は、伊藤彦先生をお招きして「生誕125周年の牧水」と題した講演と、短歌の講評(応募作品の中から)をしていただきました。
応募作品の中から優秀な作品を選び、10月31日の牧水歌碑祭で表彰されます。