

ちぎり絵愛好家の作品

NPO 通信

きらめき健康
福祉まつりを終えて

7月12日、第9回を迎えた「きらめき健康福祉まつり」が大勢の皆さんの参加で盛大に開催されました。

血圧・血糖値・血管年齢・骨密度・足指筋力測定などの健康チェックコーナーは行列ができる盛況で、自分の健康状態確認に関心を持っている皆さんが多いことを裏付けました。

健康を保つ栄養指導、食事の良否が判る食育サツト、健康維持のためのニュースポーツのほか福祉機器の展示説明、診療所探検隊や児童生徒のポスター展、診療所医師や看護師の講演など様々な催しを通じて、自分の健康や元気寿命を支える多くのヒントが得られたのではないでしよつか。

参加できなかった皆さんも次回は、是非参加してさまざまな体験をしてみましよう。

川井岡山県備北保健所長さんから、健康には、心の健康・体の健康・社会の健康の3つがあり3つがそろってはじめて健康が保てるという話がありました。みんな健康な地域社会を維持していくことの大切さを再認識いたしました。

休診中の歯科診療所も、新しい歯科医師が決まり今秋再開の運びとなりました。

これからも健康を守る地域環境をみんなの力で守っていかなければと改めて感じた次第です。



栄養指導コーナー
県栄養士会新見支部

食べることは
生きることに
食生活を大切に！
公益社団法人岡山県栄養士会



糖尿病予防食の試食



見たい・知りたい・伝えたい！

みんなの広場 Kirarira News

今年のテーマは「糖尿病予防」
各団体が思考を凝らし、来場者へ
糖尿病予防を呼びかけました。

社祭り



手のばい菌を見てみよう！



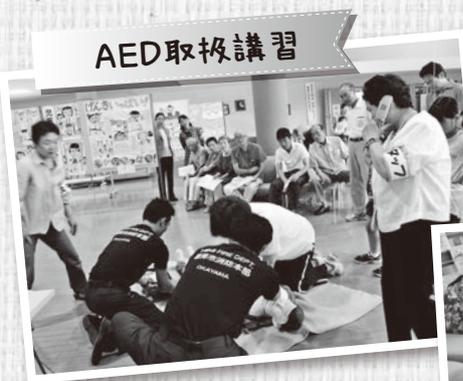
医学学会研究発表

患者アンケート調査から
当該療所の医療提供のあり方について考える
愛媛県立総合医療センター 安部こず恵看護師
子どもの病気と糖尿病
愛媛県立総合医療センター 鈴木忠広先生



こども牧水太鼓





AED取扱講習



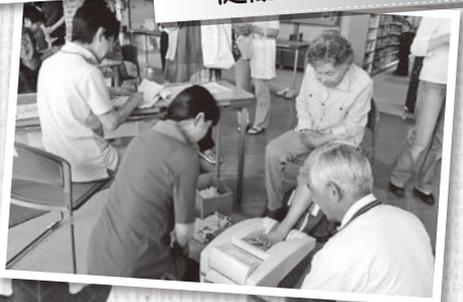
健康チェック



栄養バランスチェック



健康チェック



7/12

きらめき健康福



救急車展示



歌声広場





開催

新見市 社会福祉協議会 哲西支所 地域福祉研修会

7月2日、きらめき広場哲西第1研修室で社会福祉協議会が地域福祉研修会を開催し、約70名の参加者が受講しました。

開催にあたり、市社協奥津理事と市社協哲西支所横木支所長が地区社協の必要性、地域力の向上について講話し、(株)大塚製薬オーエス・ウィン事業部の磯部篤氏が「高齢者の熱中症対策」と題した講演を行いました。

参加者は、一人ひとりが熱中症予防の正しい知識をもち、自分の体調にはもちろん、周囲の人にも気を配り、予防を呼びかけ合う大切さを学びました。

哲西子育て広場

担当
荒木

市の委託を受けNPOきらめき広場が運営

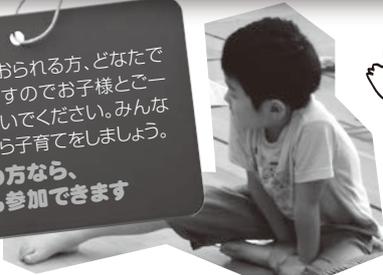
毎週月、水、金曜日 10:00～15:00
月1回土曜日 10:00～12:00

6/28●親子ヨガをしました。



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。

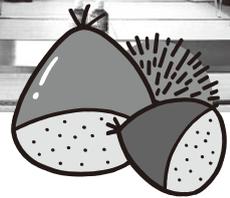
子育て中の方なら、どなたでも参加できます



8月の
予定

- 2日(土)10:00～12:00 水遊び・しゃぼんだま
- 18日(月)10:30～ 子ども映画会「どうぶつ」の歌
- 25日(月)10:00～ ちょこっとクラフト「ペーパーバッグ作り」

行事に参加しなくても自由に遊べます。



哲西栗 生産組合

6月27日、下夕組集会所(栗選果場横)で哲西栗生産組合の総会が行われ、新組合長に浅井郁三さんが選任されました。

7月4日には、組合員の田中久人さん宅の栗山へ、石垣市長、池田議長や市職員が訪れ、組合員から苗木の育成状況や栗の燻浄の問題、低迷している生産の現状について説明を受けました。

地域の振興や活性化に向けた方法として、地域ブランドに対する関心が高まっています。

哲西栗を重要な地域ブランドと考え取り組み、皆で成功へ導きたいと考えています。

地域おこし協力隊員 園武コウム

No.3

6月から、哲西栗の栗林をお借りして、草刈りを始めています。日中は気温も高いため、もっぱら朝と夕方に行っています。草刈り機を扱うのは初めてで最初はかなり苦勞しましたが、慣れてくるにしたがって作業の能率も上がってきているような気がします。

哲西栗は地域の方々が大切に育ててきた哲西地域の名産品の一つです。私も地域の一員として、哲西栗の振興に協力していきたいと思っています。

写真は草刈り途中の栗林です。





内科



7/12

きらめき健康福祉まつり 診療所探検隊

日常生活の注意点

- 暑さを避ける すだれ、打ち水、日傘、帽子、扇風機、エアコン
室内はエアコンを28℃を超えないように設定する。また24℃を下回ると外と室温の差が大きくなるため体に負担がかかるので注意
- こまめな水分補給
- 暑くなり始め、急に暑くなる日、熱帯夜の翌日は熱中症になりやすいので注意

高齢者の注意点

汗をかきにくい



暑さを感じにくい

のどの渇きを感じにくい

体温を下げるための体の反応がよわくなっており、自覚がないのに熱中症になる危険がある。

熱中症にならないために

- のどが渇かなくても水分補給
- 調子が悪いと感じたら、家族や近くの人にそばにいてもらいましょう

熱中症に注意!!



夏に向けて、熱中症になる人が増えてきます。部屋にいるから大丈夫と思っていても状況によっては熱中症になるので注意が必要です。

小児の注意点

体温調整が未熟なため、熱中症にかかりやすい



熱中症にならないために

- 遊びの最中には水分補給や休憩を
- 顔が赤く、ひどく汗をかいている時は涼しい環境で休憩を
- 外出時の服装に注意し、帽子も忘れずに
- 日頃から栄養バランスのとれた食事や運動、遊びを通して暑さに負けない体づくりを実践しましょう。

周りの人にも気配りを

自分のことだけでなく、ご近所で声を掛け合うなど、周りの人の体調にも気を配りましょう。

8月の担当医表 (岡山光生病院から)

5日(火)	池田(外科)	外傷外科・胸部外科
12日(火)	藤原(内科)	消化器(内視鏡)
19日(火)	土持(外科)	腹部外科・血管外科
26日(火)	高畑(内科)	呼吸器・循環器

*理学療法士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。

哲西町歯科診療所へ 着任される 掘田 歯科医師

今秋開業予定で準備が進められています。



とぴつく診療所

七夕飾りを作りました



暑さに負けない!元気がいす組です。



みんなで、お絵かき! 楽しいよ。

認定こども園

いす組

PTA主催の救急法講習会

矢神小学校

7月3日(木)PTA主催の救急法講習会があり、多くの保護者が参加しました。

最初、新見消防署哲西分署の田中さん、新見消防署の嘉壽さんの二人による心肺蘇生法の仕方とAEDの使い方の実演を見せていただきました。その後、保護者が3人組になつて役割分担し、実技演習を行いました。毎年講習を受けているとはいえ、いざやってみると胸部圧迫の力加減や押す場所などとまどう場面もありましたが次第に慣れたようでした。毎年継続して講習を受けることの大切さを感じました。

心肺蘇生法は、プールの監視の時だけでなく、日々の生活の中でもいざという時に役に立つので、来年は是非PTA全員参加の研修会になることを願っています。

学校支援 地域本部事業

野馳小学校

この事業は、これまでも学校にいたっていた地域からの支援を、より組織的、計画的な取り組みに発展させていこうとするものです。市を挙げて取り組んでいます。

本校でも、ボランティアとして活動してくださる方々を募集して、今年度から本格的にスタートしました。

ボランティアの方々との連絡、調整役(ゴードイナーター)に、『埤 俊二』さん(大竹)をお願いし、早速、花や野菜の苗植え、そして、クラブ活動(伝統クラブ、メイキングクラブ)で支援をいただきました。

伝統クラブでは、生け花に挑戦しました。ボランティアの先生の適切な支援で、子ども達の感性が引き出され、見事な作品ができました。

メイキングクラブでは、クレープ作りで支援をいただきました。安全に、そして上手に焼く手ほどきを受け、香ばしい香りに癒やされながら楽しく取り組んでいました。

登下校時の見守りやミシン、裁縫の学習支援、そして、草刈りや草取り等の環境整備等々、幅広い範囲で多くのボランティアの方のご協力をいただきます。ボランティアの皆様方、どうぞよろしくお願いたします。

音楽発表会

哲西中学校

6月21日(土)に音楽発表会を実施しました。毎年、6月下旬の土曜日に行っていますが、本年度は、地域の方々との交流という土曜授業の意義もあり、学校評議員の方にも観覧をお願いしました。

生徒たちは音楽の時間、短学活の時間などを利用して練習に励み、本番に備えました。そして当日は各学年の合奏からスタートし次に合唱を発表し、最後に全校で「翼をください」を合唱して発表会を締めくくりました。また、教職員も合唱を行いました。本校は少人数ですが、合奏では一人一人が自分のパートを生懸命こなし、合唱では大きな声でハーモニーを響かせ聞きに来てくださった皆さんを感動させました。

音楽発表会後には学校評議員会も催し、哲西中学校の教育について様々なご意見をいただきました。

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]



哲西荘のみなさんが、掲示してくださりました。しもありがとくじをさしあげ。

哲西荘の展示

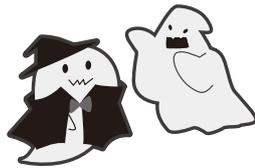
今月の展示本



これから山登りを始める人、アウトドアを楽しみたい人におすすめの本を集めてみました。さあ、一步一步ふみしめながら山頂を目指して歩こう!

◎児童コーナー〈オバケ〉

オバケもいろいろ! こわいオバケやかわいいオバケ、楽しいオバケの絵本を展示しています。



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 8月18日(月) 10:30~
場所 きらめき広場・哲西
プレイルーム
内容 DVD「どうぶつの歌」



お知らせ

今年度から「こども映画会」は、第3月曜日10:30~プレイルームで行います。第3月曜日が祝祭日の場合は、第1月曜日に行います(今年度は7月、9月)



夏休みの行事

市内図書館
スタンプ
ラリー
~8/31(日)

哲西図書館
スタンプ
ラリー
~8/31(日)

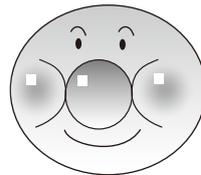
古本
リサイクル
8/15(金)
~17(日)

課題図書・
自由研究の
本の展示
~8/31(日)

七夕飾り
8/1(金)
~7(木)

やなせたかしの本の展示

みんな大好きアンパンマン
~やなせたかしの世界展~
が新見美術館で開催されます。



9月28日(日)まで

市内の図書館でも絵本を中心に関連資料を展示しています。子どもをはじめ、幅広い世代に愛され続ける「アンパンマン」の生みの親、やなせたかし氏(1919年-2013年)の世界に浸りましょう。





●ご寄付ありがとう

ございました(敬称略)

■香典返し

- 土谷 圭吾(亡妻徳代) 上神代
老人クラブ協和会へ金一封
- 名越 良雄(亡父千利) 大野部
信藤集会所へ金一封

■見舞返し

- 安田スヨ(本人) 上神代
老人クラブ協和会へ金一封

■哲西図書館へ本を寄贈して
くださった方々

- 沖田 房代 八鳥
- 赤木 百恵 神石高原町

●哲西荘へご寄付

ありがとうございました

■香典返し

- 土谷圭吾(亡妻徳代) 上神代
金一封

■一般寄付

- 山根 稔 哲多町老栄
金一封・ジャガイモ50kg
- 田口石油興業(株) 山陽新聞
- 松陽産業(株) 備北民報
- 妹尾観光バス・妹尾タクシー 備北民報
- いくま石油(株) 山陽新聞



盆踊り、練習中♪

盆踊りの練習について

日時 ~8月15日(金)
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。

新見市合併10周年記念
哲西地域
市民運動会



日時 8.31日
8:00-13:30 予定

場所 新見市哲西グラウンド
(雨天の場合は哲西体育館)

家族そろって参加!
暑さに負けない体力づくり!!

- みんなで体操・哲西音頭・哲西ウルトラクイズ
など全員参加の種目あり!
- グループ対抗リレー参加者募集!4人揃えば
OKです。(申込用紙は、プログラムの下にあ
ります)

バザーもあるよ!



盆踊りの連と
個人参加者を募集

2014夏祭りin哲西

日時 8月16日(土) 18:30
場所 きらめき広場・哲西
申込み先 NPOきらめき広場
踊り連参加者には、豪華景品、参加賞をもれ
なくご用意しています。

新見ふるさと祭り

日時 8月9日(土)
場所 新見駅前通り 特設おまつり広場

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