



かわらばん



携帯HP / 子育て応援メールを配信します(無料)登録お願いします ↑

たみお 民生君のつぶやき

ひつじ年の平成27年もあと1ヶ月を残すことになりました。1年間ご愛読ありがとうございました。また来年も引き続き、地域の最新情報を中心にお伝えします。ところで、皆さんのおうちにマイナンバーの書留郵便は届きましたでしょうか?言葉巧みに、電話や訪問でマイナンバーに便乗した話を持ちかけ、個人の預金の状況を聞き出したり、金銭を要求する不審な詐欺が起こっています。思い込みが間違いを招く、決めつけないようにしたいものです。



マイナンバーについての問い合わせは、
 橋北地区市民センター ☎331-3787
 市民文化部・市民課 ☎354-8152
 に直接お聞きください。

油断大敵!!

転倒・転落に注意してください

脚立から転落したりして、大けがを負ったり、後遺症が残ったりする事故が起きています。高齢者は特に転倒によって骨折しやすく、それをきっかけに寝たきりになることもありますので、十分に注意しましょう。バランスを崩したり、滑ったりしないように、手すりをつけたりして、生活環境を見直して、転倒予防のための備えも大切です。



ハピサポフェスタ

11月8日(日)桜園三聖で行いましたハピサポフェスタに参加協力いただき、ありがとうございました。当日は雨降り足元の悪い中、多くの方々に来て頂き、模擬店やステージはにぎわいました。
 なお、来年度も開催しますので参加協力願います。
 ハピサポ橋北事務局

おまちがねの「学童」開所

「新1年生から6年生の児童をお持ちの保護者の方へ」

橋北地区連合自治会の全面支援を受け、平成28年4月から橋北地区に学童保育所を開所します。学童保育所は保護者の方に安心して働いていただける環境をつくり、大切なお子様を安全で心豊かに育むことを目的として運営していきます。詳しくは、「かわらばん」・「自治会回覧」などを通じて順次ご案内していきます。



問合せ先 特定非営利活動団体 ニコニコ共和国
 理事長 高井俊夫 ☎080-3640-7978

今月のごっつお

ちょっと重いけど、保温力抜群!
 一人で楽しむ 厚底土鍋料理



- 材料** あずき・1/4カップ
 水・2カップ
 砂糖・40g
 塩・少々
 団子・
 (小麦粉・1/2カップ・
 水・70cc)



作り方

- ①洗ったあずきと、水を土鍋に入れ、フタをして火にかける。
 - ②沸騰したら火を止め、5分くらい置く。
 - ③グツグツがおさまったら火を点け、1分くらいで火を止める。
 - ④繰り返すこと4~6回ほど。(豆が柔らかくなるまで)
 - ⑤砂糖と塩を加えて、5分ほど煮る。
 - ⑥小麦粉を水で溶き、スプーンで鍋に入れ、浮いてきたら火を止める。
- ぜんざいの出来上がり! 甘味・団子・餅はお好みで!



みんなの健康ライフ プルーベリー

小粒で紫色をした可愛らしい果実、それがブルーベリーです。この果実が目の良いということは、もう誰でも知っていると思いますが、なぜ目が良いのかを知っている人は少ないと思います。私たちの目の網膜にはロドプシンという伝達機能のあるタンパク質が含まれており、このロドプシンによって視神経を通じて目が見えるという状態になるのです。ブルーベリーにはこのロドプシンの働きを促進する成分が含まれており、だから目に効くと言われていのです。目は心の窓と言います。いつまでも目を大切に楽しい毎日を送りましょう。



スマイルカフェ開催 Smile Cafeで楽しみませんか?

スマイルカフェは、みんなの居場所です。ワイワイ・ガヤガヤ、年齢関係なく楽しい時間をすごしましょう!!



- ◎参加されるには、ニコニコ共和国の正会員か賛助会員にご入会ください。(随時入会できます。)
- ◎事前予約が必要になります。

12月20日(日)・ばんこの里会館で開催
1月17日(日)・午起集会所(子育て支援センター)
 毎回、時間は10:00~12:00開催です。



問合せ先

NPO法人 ニコニコ共和国
 理事長:高井俊夫
 ☎080-3640-7978

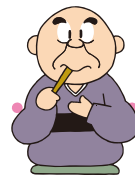
はなごよみ 12月の花と花言葉

ポインセチアの花言葉・・・祝福・幸運を祈る・私の心は燃えている・清純

塗り絵を
楽しんで下さい。



落語会の案内



一姫二太郎 落語会

人気上昇中の四日市の落語家3名の定期開催の落語会です。年末の笑い納めにぜひご来場ください。

(入場無料)

日時 12月19日(土) 13:30開場 14:00開演
 場所 ばんこの里会館 3階
 演目 「金明竹」:ねむ亭安楽
 「夢の革財布」:可愛家ぱいる
 「宗論」:ねむ亭安楽
 「竹の水仙」:切磋亭琢磨

12月・今日は何の日

- 1日・・・映画の日・歳末たすけあい運動
- 3日・・・カレンダーの日
- 8日・・・針供養
- 12日・・・バッテリーの日
- 23日・・・手袋の日・外食の日
- 24日・・・クリスマスイブ
- 25日・・・クリスマス
- 31日・・・そばの日



この言葉の始まりは

おうて
王手をかける

勝利や成功が決まる直前の状態。それを手に入れるために決定的な手段をとること。「王手」は将棋で直接王将をせめる手。あと一步で勝負が決まる場面を将棋にたとえた。

