



たみお 民生君のつぶやき

ロシアがウクライナ侵攻をはじめ1年の経過がたちます。いまだこの戦争の出口は見えず長期化する様相です。争いごとを始めるのはすぐできるのですが、終わることの難しさを感じさせる戦争です。

日本においても防衛費の予算が大幅に上乘せされることが現実となっています。武力ではなく、言葉を使って話し合ひで、よい知恵を出して解決を図れないものかと思うものです。



ニコニコ食堂 開催します

2月25日(第4土曜日) 11:00~13:00

場所 橋北ニコニコ学童

メニュー ●●●●●●●●

参加費 小・中学生は無料
(小学1・2年生は保護者同伴でお願いします)
大人はコーヒー付き300円

持ち物 マスク・飲み物

注意事項

- ①駐車場はありませんので、徒歩でお願いします。
- ②各自マスク着用(マスクしてない人は、参加できません)
- ③密を避けるために入場制限する場合があります。
- ④参加者名簿に記入、手指消毒お願いいたします。

※「ニコニコ食堂」は子ども食堂の愛称です。橋北地区の皆様は誰でも参加できます。

問合せ先

NPO法人 ニコニコ共和国

理事長 高井俊夫 ☎080-3640-7978

協賛:橋北地区民生委員児童委員協議会

橋北中学校 キャリア教育文部科学大臣表彰

橋北中学校は、令和4年度キャリア教育優良校として文部科学大臣表彰を受けました。去る1月19日(木)、山内連合自治会長と山内校長が代表して東京都三田共用会館で開催された表彰式に出席しました。

表彰の理由として、

- ① コロナ禍の中、校区事業所の協力により「地域密着型」の職業体験学習が実施されていること。
- ② キャリア教育「4つの力」の育成を意識した教育活動が展開されていること。また、「職業観・勤労観」に留まらず、「主体性」や「多様性」を大切に「どんな自分でありたいか」を追求する学習が行われていること。
- ③ 数年にわたって、子ども園、小学校と連携したキャリア教育を実施しており、その研鑽を積んでいること。
- ④ 多様なゲストティーチャーによる社会人講座や、上級生から下級生に向けての説明会や発表会、地域・保護者に向けた報告会など、活動に工夫がみられること。

などが評価されました。

自分の将来の可能性を広げるために、意欲をもってキャリア学習に取り組む生徒と先生方を、これからも温かく見守り、応援していきましょう。



校長のコメント

この度、キャリア教育優良校として文部科学大臣表彰をいただくこととなりました。橋北中は伝統的にキャリア教育に力を入れており、学校づくりビジョンの重点項目にもなっています。また、地域密着の職業体験や防災を中心とした地域連携等、地域の中で学び、育ち、豊かさを身に付けています。このような活動が認められ、表彰に結び付いたと考えています。予測ができない世の中では、変化に対応して粘り強く生き抜く力が必要とされます。『「キャリア」とは職業ではなく、あなたらしさ』です。これからも充実したキャリア教育を推進していきますので、応援よろしく申し上げます。ありがとうございました。



在介走ってます!!

2月は「全国生活習慣病予防月間」です。「**一**無、**二**少、**三**多」をテーマに、生活習慣病予防と健康的な生活習慣の普及をされています。生活習慣病の多くは、発病してもかなり進行するまで自覚症状がほとんど現れません。自覚症状が現れないとは言っても、「健康的と言えない生活習慣」の影響は確実に身体の負担として蓄積されていきますので、やがて心筋梗塞や狭心症、脳梗塞、脳出血などの、より深刻な病気を引き起こします。今一度、ご自身の生活習慣を振り返り、「**一**無：無煙(禁煙)」、「**二**少：少食・少酒」、「**三**多：多動・多休・多接」を実践できるようにしましょう。



楽々! 元気の会を開催します。

- 2月10日(金) 10:00~11:00 橋北楽々館
趣味から介護予防
- 2月24日(金) 13:30~14:30 滝川集会所
運動して介護予防

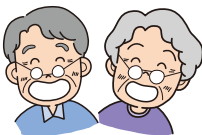
マスク着用、お茶などの水分をお持ちください。新型コロナウイルス感染者増加に伴い、中止する場合があります。あらかじめご了承ください。

問合せ先 橋北楽々館 在宅介護支援センター
(岩崎) ☎059-334-8588

ニコニコ茶屋

いつまでも若々しく

多くの方に利用していただいています。また月1回開催の、「わちゃ2」「にじいろカフェ」も実施しています。



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
休日	ニコニコ茶屋	ニコニコカフェ	ニコニコカフェ	ニコニコ茶屋	ニコニコカフェ	第三土曜日 にじいろカフェ

場所 川原町33-7

- ニコニコ茶屋** 昼食付
利用料:600円
- ニコニコカフェ** モーニングカフェ
利用料:会員カード(入会随時)

対象者:要支援1、2、事業対象者の方です。

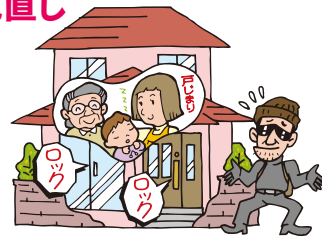
- ◎わちゃ2は、毎月第4火曜日に開催します。時間10時から
- ◎にじいろカフェ(認知症カフェ)は、第3土曜日
時間10時から12時まで

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

防犯対策

住まいの防犯対策の見直し

- * 在宅時でも、出入口や無人の部屋の窓に鍵をかける習慣をつけること。
- * 日頃から建物周囲を整理整頓し、侵入されにくい環境を整えておくこと。
- * 玄関をツーロックに、窓に補助錠を取り付けるなど、防犯設備を充実させること。建物部品を選ぶときは、防犯性能の高いものを。
- * 設置した防犯設備機器を有効に役立てること。
- * 旅行など長期不在にするときは、隣近所へ声をかけ合ったり、郵便物・新聞などの配達を止めるなどの注意も必要。
- * 合鍵の不正作製を防止するため、鍵を家族等以外の必要のない人には「見せない」「渡さない」、写真や動画で「写さない」。



くだものごよみ

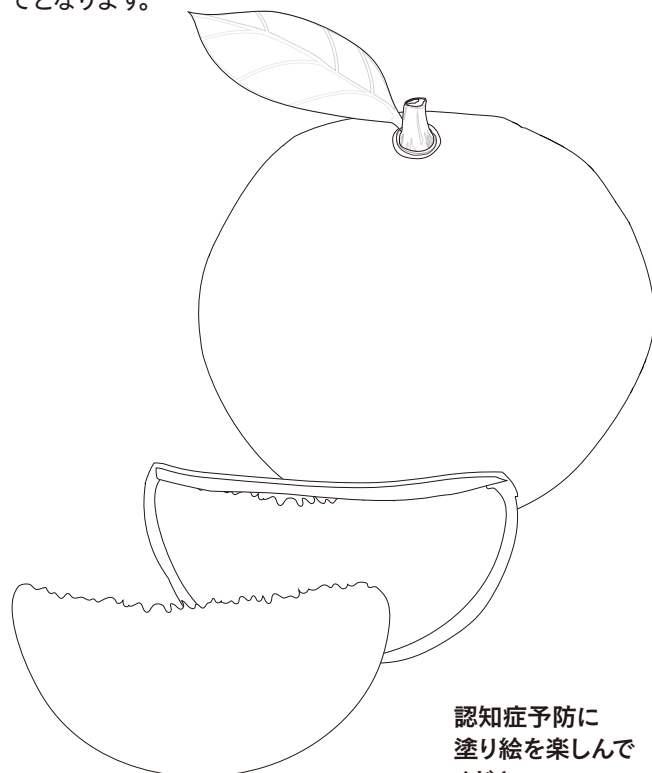
2月の果物・・・はっさく

(八朔、Hassaku orange)



ハッサクは日本が原産のみかんです。江戸時代末期に広島県尾道市因島田熊町の浄土寺で原木が発見されたそうです。「八朔」とは、旧暦の8月1日の事で、昔は毎年その時期から食べられるようになることからこの名が付いたとされています。

ハッサクの主な産地は西日本各地で、平成25年産の収穫量で見ると、和歌山がダントツで全国の67%を占めています。次に発祥の地、広島で、愛媛や徳島などが続きます。ハッサクは通常収穫後1カ月から2カ月程貯蔵され、酸味が落ち着いてから出荷されます。最も美味しく食べられる旬は2月から3月です。また完熟ものは3月から4月中旬位までとなります。



認知症予防に
塗り絵を楽しんで
ください。