



たみお

民生君のつぶやき



令和7年も最後の月になりました。民生委員児童委員は3年に一度の一斉改選の時期になり、新たな民生委員児童委員が3名、継続委員が15名の総勢18人が橋北地区の民生委員活動を行いますので、引き続きよろしくお願いします。



また今月はおまちかねのニコニコ縁日を開催します。橋北地区以外の方もだれでも参加できます。今年は四日市看護大学の学生さんが、たくさんスタッフ応援として参加しますので楽しみにご来場ください。

えんいち
第5回 ニコニコ縁日
開催します



日時 12月13日(土) 10時から13時

持ち物 飲み物

料金 中学生以下無料・大人300円

場所 各治(陶栄町)

内容

- ・餅つき・(餅つき体験と餅の試食)・かき氷・ポップコーン・綿菓子
- ・射的や風船釣り・ガチャガチャ・新しいゲームなど盛りだくさんです。
- ・困りごと相談開設(日ごろの困りごとの相談)

注意 駐車場がありませんので・徒歩か自転車でご来場ください。



主催 橋北地区民生委員児童委員協議会
協賛 NPO法人 ニコニコ共和国
橋北学童保育所

民生委員児童委員・主任児童委員

氏名	担当区域
 やま もと てつ や 山本 哲也	陶栄町
 ふく た ち なつ 福田 千夏	滝川町1~4・8~12・15・17~20
 い と う し げ ゆき 伊藤 重幸	滝川町5~7・13・14・16
 はっ とり とみ こ 服部 富子	浜一色町1~6・17・18
 もろ おか い つ こ 諸岡 逸子	浜一色町7~16
 みず の たか こ ※水野 貴子	京町1~4・14~17
 か の う と も こ 加納 知子	京町5~13・18~25
 なかじま す み 中島 真寿美	川原町1・2・16~22・24・25・32~34
 うち やま けい こ 内山 恵子	川原町3~15・23・26~31
 こう の あきら ※河野 昭	東新町1~3・14・21~23
 たか い とし お 高井 俊夫	東新町4~13・26・27
 やす だ さ とみ 安田 三十美	東新町15~20・24・25
 い と う のり こ 伊藤 典子	新浜町1~10
 はやし いち こ 林 市子	新浜町11~20
 なかひら さよ こ 中平 小夜子	午起
 しばはらかず み ※柴原 万美	高浜町・高浜新町
 つか わき ひろ ひと 塚脇 大仁	主任児童委員
 こし の まさ よ 越野 雅代	主任児童委員

18人の橋北民生委員・児童委員をよろしくお願いします。
※印は新任委員です。

在介走ってます!!

**大掃除はゆっくりあせらず
余裕をもって行いましょう**

1年の終わりとなる12月には、大掃除を行い、気分新たに新しい年を迎える準備をされる方が多いのではないのでしょうか。大掃除は普段から行う掃き掃除、拭き掃除だけでなく、高いところや押し入れの中を片づけるなど、普段は手入れをしないところが気になるのも大掃除の特徴だと思います。「年内(12月中)に終わらせたい」と焦ってしまい、掃除中にケガをしてしまう、また、掃除は無事に終わったけれど、頑張った疲れにより体調を崩したなどの理由で、「これからどうしよう…?」と、介護の相談に来られる方が毎年います。大掃除は早めに始めてゆっくり進めることで、落ち着いて、元気に年末年始を迎えられると良いですね。



楽々! 元気の会を開催します。

12月12日(金) 10:00~11:00 橋北楽々館
口の中の介護予防

12月26日(金) 13:30~14:30 市民センター
運動して介護予防

※各自 お茶などの水分をお持ちください。

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&カフェ

歳を重ねても笑顔は青春!!

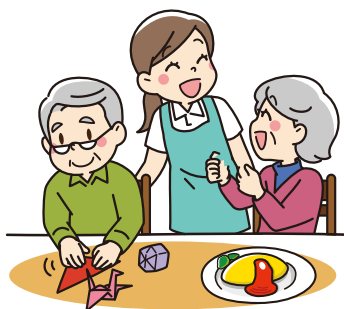


日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
休日	ニコニコ 茶屋	ニコニコ カフェ	ニコニコ カフェ	ニコニコ 茶屋	ニコニコ カフェ	休日

場所 川原町33-7

ニコニコ茶屋 手料理あり 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)



問合せ先

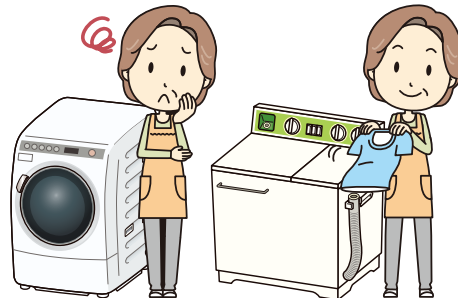
NPO法人 ニコニコ共和国
理事長 高井俊夫
☎080-3640-7978

認知症のあれこれ



いつものことをいつもどおりに

認知症の方の症状の一つに「記憶障害」があります。この症状により認知症の方は「覚えることが苦手」になるのです。一見「すぐに忘れてしまう」と同じようにとらえてしまうかもしれませんが、「覚えることが苦手」なので以前のことは意外と覚えているものです。「家事をしなくなった(できなくなった)」と感じた時には電化製品などの道具を新しいものに変えたか確認してみましょう。前の道具に戻してみると、問題なく家事



ができるようになるかもしれませんよ。
記憶では覚えることが苦手でも、体では覚えていることが多いのです。

お魚ごよみ

12月の魚..
ふくだめ(福溜)..
とこぶし(床臥)



高級なお節料理に煮つけになって入っていたりする、1枚貝です。

呼び名は、とこぶしと一般的に呼ばれるが、全国では様々な名称で呼ばれ、伊勢地方ではふくだめと呼ばれていることが多い。とこぶしの呼び名は、水深10mのほどの場所で岩場に床に臥すように生息しているから来る呼び名とされ、またふくだめはその呼び名のとおりに、福をためる意味の縁起の良い呼び名とされます。

ふくだめ(とこぶし)は、鮑のこどもではなく、別の個体です。見分け方は、呼吸や排せつするための貝殻表面の穴が鮑は4~5個に対して、ふくだめは6~8個の穴との違いがあるとされます。

