



かわらばん



kyohoku.sakura.ne.jp

橋北地区ホームページ

Q 検索

たみお

民生君のつぶやき



日本で初めての女性総理が誕生しました。「民生かわらばん」で政治の話を記すつもりではありませんが、この女性総理の誕生は政治の話にとどまらず、私たちの生活や地域の未来にも希望をもたらす出来事かもしれません。いうまでもなく、これからの社会は、性別にかかわらず誰もが力を発揮できる時代に近づいたことを感じます。女性総理の誕生は、私たちにとっても「挑戦することの大切さ」を改めて考えるきっかけになるのは間違いありませんね。

民生委員児童委員任期3年の最後の月になります

来月12月は民生委員児童委員の3年に一度の改選の月になります。引き続き、橋北地区では2名の主任児童委員と16名の民生委員児童委員が改選されます。継続する委員がほとんどではありますが、3年間ご協力ありがとうございました。引き続きよろしくお願いいたします。



ニコニコ食堂 開催します

11月22日(第4土曜日)
11:00~13:00

場 所 橋北ニコニコ学童
メニュー 笑顔が集まるたまご丼
参加費 小・中学生は無料
大人はコーヒー付き300円
持ち物 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。
②参加者名簿に記入、手指消毒をお願いいたします。
※「ニコニコ食堂」はこ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



11月は、児童虐待防止月間!! (オレンジリボン運動)

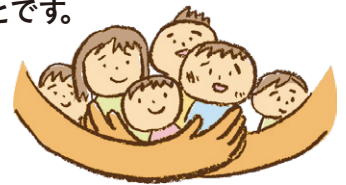
オレンジリボン運動とは、日本で広く展開されている児童虐待防止の市民運動です。オレンジ色のリボンをシンボルに、子どもたちの命と心を守るための啓発活動を行っています。



運動の目的と背景

目的は児童虐待の現状を社会に伝え、関心を高め、虐待のない社会を築くことです。

2004年、栃木県小山市で起きた痛ましい児童虐待事件をきっかけに、市民団体「カンガルー OYAMA」が始めた活動で、象徴色の意味: オレンジは「開かれた未来」や「温かさ」を象徴する色として、里親経験のある子どもたちの意見をもとに選ばれました。



ニコニコ縁日はもうすぐです!!

えんにち 第5回 ニコニコ縁日

12月13日(土) 開催します



12月13日(土)は恒例のニコニコ縁日を計画しています。餅つきはもちろん、楽しいゲーム盛りだくさんのニコニコ縁日を、今年も子ども食堂の集大成で開催します。皆さん予定してください。



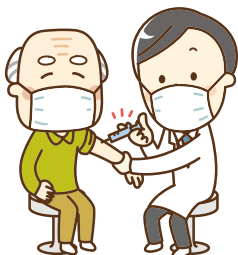
在介走ってます!!

インフルエンザにご注意!!

今年のインフルエンザは、例年より約1ヶ月早い9月下旬に全国的な流行シーズンに入りました。これは過去20年で2番目の早さです。

流行の中心はA(H1N1)型になる可能性が指摘されており、ピークは例年通り1~2月と見られます。

本格的な流行は10月~11月頃になるかと思いますが、感染予防のために手洗い・うがい、マスク着用といった基本的な対策を早めに行い、インフルエンザを予防しましょう。



楽々! 元気の会を開催します。

11月14日(金) 10:00~11:00 市民センター
運動して介護予防

11月28日(金) 13:30~14:30 サクラスマイル
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!!

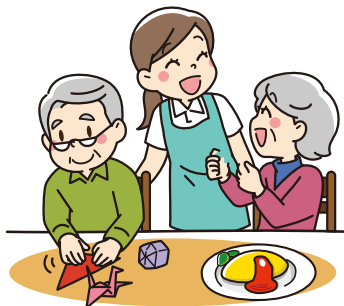


日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
休日	ニコニコ茶屋	ニコニコカフェ	ニコニコカフェ	ニコニコ茶屋	ニコニコカフェ	休日

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



知ってますか? RUN伴(ランとも) 四日市

11月15日(土)に開催されます、RUN伴

(ランとも) は、認知症の人やご家族、支援者、そして一般の人が「認知症への理解促進と地域づくり」を目的に一緒にタスキをつなぎながらゴールを目指す認知症啓発イベントです。正式名称は「RUN TOMO-RROW(ラントモロー)」です。

三重県内をはじめ全国のいろいろなところで開催されており、四日市市では、市内各地からゴールである市民公園に向かってランナーがタスキを繋ぎます。橋北地区内もコースに入っており、桜園三聖や橋北学童保育所が中継地となっています。ゴールの市民公園では消防音楽隊による演奏や綿あめの振る舞いもあるそうです。タスキをつなぐ人(ランナー)の募集は終了しましたが、沿道やゴールでの応援に来てもらえるとランナーの励みになりますのでぜひ来てください。

橋北学童保育所は
当日の午後
中継所になっています。



お魚ごよみ

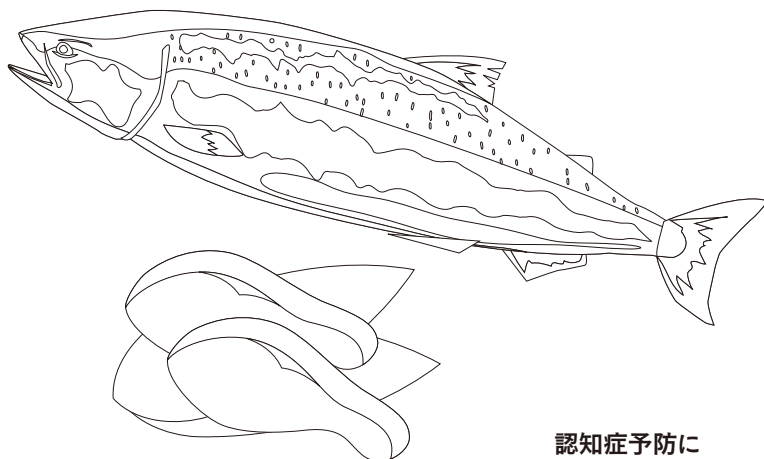
11月の魚・鮭(さけ)

川で生まれた鮭は、7~8センチに成長すると、外洋にでて4年ほどかけて、生まれた川(母川)に産卵しに戻ってくるとされています。

日本で一般的に鮭というと主にシロザケ(白鮭)を指します。食材としての鮭は白鮭のほかに紅鮭(脂がのって高級とされる)、銀鮭(養殖が多くふくらする食感)、サーモン(寿司や刺身のネタに使う生食の鮭)などがあります。

DHAやEPAが多く含まれており、血液サラサラの効果があるとされます。

サーモンと鮭の違いは、主に加熱して食する鮭に対して、生食目的で養殖されるサーモンと区別しています。



認知症予防に
塗り絵を楽しんで
ください。