



# かわらばん



携帯HP / 子育て応援メールを配信します(無料)登録をお願いします

新年あけましておめでとうございます。平成25年、皆さんの日年のはじまりはいかがでしょう？ よいお正月でしたか？ 今年も皆さんのおうちに「幸せ」がやってきますように!!

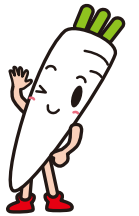
「橋北民生かわらばん」を読んで頂けるように、民生委員の編集委員は知恵を出し、隣人愛をもって紙面づくりをしますので、今年も一年お付き合いよろしくお祈りします。



## いきいき菜園ライフ

### ダイコンは一本で大活躍の千両役者

昔から、芝居の下手な役者の事を大根役者と言いますが、これはダイコンはいくら食べても食あたりしない事から、こう言われています。しかしダイコンほど活躍する野菜は滅多にありません。「ふろふき」や「おでん」では立派な主役になり、刺身のツマや、焼き魚の薬味としては欠かせない名脇役にもなります。体にもとてもよく、消化を助け整腸作用もあります。ゴマ粒程の小さな種から大きく立派な一本のダイコンに生長し、本当に見上げたものです。たかがダイコン、されどダイコンですね。ダイコンに感謝しながら、今日は温かいおでんで、味のしみ込んだ柔らかいダイコンを頂きましょう。



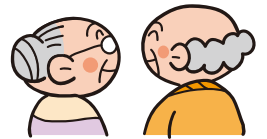
## にこにこサロン

どうもご利用ください

### 100回目のにこにこサロン

なんと、3月開催されるにこにこサロンが通算100回を数えます。橋北地区内外の様々な人たちの支え合いで連続開催できました事、あらためてお礼申し上げます。つきましては、100回記念のにこにこサロンを開催します。橋北地区にお住まいの概ね70才以上の方が対象です。参加は予約が必要です。詳細は各町の民生委員に尋ねて下さい。

日付 25年3月9日(土)  
時間 午前10:00~13:00  
場所 ばんこの里会館 3階



## 地域の学校だより

### 東橋北小学校

11月3日(土)、東橋北小学校体育館にて、東橋北フェスタが行われました。児童会の司会で始まりました。まず、1・2年生の合奏・暗唱では初めて参加する1年生も大きな声で発表できました。3年生からは太鼓の演奏です。各学年ごとに発表し、それぞれの曲のイメージを表現でき、息の合った響きを聴かせてくれました。最後に全員と先生も参加しての「東二段返し」はみんなの心がひとつになり、迫力のある演奏でした。小学校統合により、東橋北フェスタは最後になります。残念なことです。今までは素晴らしい演奏を聴かせてくれた東橋北小学校の児童たちに拍手を送りたいと思います。



## あっとほーむ オープン カフェ

### 第11回あっとほーむカフェをオープンします。

橋北地区にお住まいで、概ね70才以上の方が対象です。参加は予約が必要です。(締切: 1月13日) 申込は各町の民生委員に!

日付 25年1月20日(日)  
時間 午前10:00~11:30  
場所 ばんこの里会館 1階  
料金 100円(当日お持ち下さい)



## 認知症の人の特徴は?

### 正常な状態と認知症の症状が混在

認知症の初期は、正常な部分と認知症による異常な部分が混在して現れます。運転中などに現れると事故の原因になります。

※ご家族が免許証の停止や取り消しを行う事ができます。また、75才以上の方は免許更新時に認知機能検査が義務づけられています。



# こんにちは橋北楽々館在宅介護支援センターです。

## あらためまして、在宅介護支援センターです。

新年あけましておめでとうございます。皆様本年もよろしくお祈り致します。  
 橋北楽々館在宅介護支援センターは、一人でも多くの皆様とお知り合いになれるよう、また皆様が元気に生活できるよう、本年も頑張っております。  
 さて、橋北楽々館は「在宅介護支援センター」ですが、在宅介護支援センターってどんな施設かご存知ですか？ 日々の暮らしの中で「こんな事で困っているのだけど、相談していいのかなあ」「この相談はどこに聞いたら、わかってもらえるのかなあ…」なんて思う事はないでしょうか？当センターは地域の身近な総合福祉相談窓口として、四日市市から委託を受けて業務に当たっています。困りごとがありましたら、まずはお気軽にご連絡ください。☎059-334-8588



1月の三滝川市場相談日 1月22日(火) 9:00~11:00 (雨天中止)

## リボン運動

オレンジ色やピンク色、様々な色のリボンを丸くデザインしたバッジや、ステッカーシールを見る事があります。それぞれの色のリボンは何を意味しているのでしょうか…。リボンの色で社会運動・活動が表されます。また支援している意思表示です。



- **オレンジリボン** 児童虐待防止運動(子どもの成長と発達を支援する事は社会全体の責任である)
- **レッドリボン** エイズ撲滅運動(エイズに関して偏見をもっていない、エイズとともに生きる人々を差別しないというメッセージ)
- **ピンクリボン** 乳がん撲滅運動(乳がんの早期発見・早期診断・早期治療の大切さを伝えるシンボルマーク)
- **イエローリボン** 障害のある人々の、その人らしい自立と社会参加をめざす運動
- **パープルリボン** 私たちの地域社会・学校そして一番大事な家庭から、暴力をなくすための教育・啓発活動
- **グリーンリボン** 成長と新しい命を意味する 移植医療の理解と普及のシンボルマーク

## 防犯だより

### 振り込め詐欺とは？

家族や警察官・弁護士などを装って、電話をかけてきます。家族が借金や交通事故などのトラブルに巻き込まれたとウソを伝え、架空のトラブル解決のためのお金を要求します。また、役所や税務署の職員などを装い、税金の還付手続きと思わせてお金をだまし取る、還付金詐欺も増えています。

- **いったん電話を切り、相談する。**  
 いったん電話を切り、その場で判断せずに、自分の家族か親戚などに必ず相談しましょう。



## 火事を起こさない為に コンロからの出火防止対処法

コンロに天ぷら鍋をかけたまま放置して、火事になるケースが増えています。

### 電話や来客などでコンロから離れるときは

- 必ずコンロの火を消す。
- コンロの周りに燃えやすい物を置かない。
- コンロ周りの壁や換気扇などは、こまめに掃除する。
- コンロは壁から離して設置する。
- コンロに衣服を近づけない
- 天ぷら油の加熱に注意する。
- 古くなったガスホースは取り替える。



## 今月のことわざ



### さんりんぼう(三隣亡)

三隣亡とは暦注の一つ。この日に建築すると火災に見舞われ、近隣3軒まで滅ぼすといつて忌む日。三隣亡はもともと、天・地・人の3点の中央に宝が位置する事を意味する「三輪宝」と書いて、「凶日」ではなく「吉日」の意味で用いられていた。