



# 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 ↑

## たみお 民生君のつぶやき

生涯現役を提唱し実践していた日野原重明医師が105歳の天寿を全うされ7月18日に他界されました。日野原さんは成人病と呼ばれていた脳卒中・心臓病などを生活習慣病という呼び名に変える活動をしました。現在では予防を呼びかける意味を含めた「生活習慣病」の言葉が定着しています。75歳を過ぎてからが、新しいことに取り組むチャンスであるという考えのもと、子ども向けの講演や、ミュージカルの企画や吹奏楽指揮者など、時間を惜しんで活動される姿は、いつも前向きで少しでも見習うことができると思うものであります。ご冥福をお祈りいたします。



## こども情報局

9月になり暑さも一息つき外へお出かけしやすくなります。エアコンの部屋から出てお散歩などができでしょうか。今月、来月には学校やこども園では運動会が行われます。橋北中学校体育祭にはこども園園児も参加するそうです。小学校運動会では来年度の新入生の競技もありますので対象の学校に出かけて参加してくださいね。

日程 橋北中学校 9月14日(木)、  
橋北小学校 9月23日(土祝)、  
橋北こども園 10月14日(出)



昨年度 保育園運動会

## こんにちは民生委員です!

### 18人の橋北民生委員児童委員

こしの まさよ …3年間よろしくお願ひします  
**越野雅代** 担当地区 橋北地区全域

主任児童委員に就かせていただいて7年目になります。子ども担当の民生委員として何ができるのか? 何をやらなければならないのか? と思いながら活動しています。橋北こども園や交流プラザが出来、ますます子どもたちが安心して遊べ、過ごせる橋北であるためにお役に立てればと思っています。よろしくお願ひします。



## 橋北学童保育所



夏休みには、日頃できない体験をいろいろ経験しました。ボルダリング教室・カヌー体験教室・ソーメン流しなど、楽しさいっぱい!学童の夏休みでした。



問合せ先 橋北学童保育所運営委員会  
委員長 高井俊夫 ☎080-3640-7978

## 好評!ニコニコ茶屋

毎週水曜日・日曜日は、ニコニコ茶屋の日です。

利用者の声  
※毎週楽しみにしている。  
※久しぶりに会えてよかった。  
※仲間ができた。  
※男性も増えてきたね。



等、「いきいき百歳体操」を始めて3ヶ月が経過しましたが、出来なかった動作が出来るようになった等、効果が出始めてきたようです。

問合せ先 NPO法人 ニコニコ共和国  
理事長 高井俊夫 ☎080-3640-7978  
橋北楽々館 在宅介護支援センター  
岩崎 ☎059-334-8588

## 秋の萬古まつり



### 開催



土鍋料理グランプリを主に 第9回 秋の萬古まつりが開催されます。あなたがおいしいと思うチームへの投票によって「金の土鍋賞」が決まります。現金ではなく、事前にポッター券を購入の上、一食300ポッター券(300円相当)で試食できます。前売券は1,000円で1,100ポッター券があります。(ばんこの里で販売)

日時 10月1日(日) 10:00~14:00頃  
(食材がなくなり次第終了)

会場 ばんこの里会館前 特設テント村

## スマイルカフェ開催

Smile Cafeで楽しみませんか?



### 9月23日(土)・ばんこの里会館(3階)

いしが在宅ケアクリニック：伊藤医師の在宅医療についての講演会を行います。

お問い合わせでご参加ください。

### 10月15日(日)・午起集会所(子育て支援センター)

◎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下さい。(随時入会できます。)

◎事前予約が必要になります。

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

## 体操教室やります!

### 9月10日(日)は体操教室にあつまれ

今回のテーマは「姿勢を良くする」  
姿勢を良くすると…◆肩こりなどに  
良い ◆見た目が若く見える

若くて健康な身体を目ざして一緒に体操しませんか?  
おおむね65才以上の方を対象とします。

時 間 10:00～11:00(途中休憩あります)

場 所 さぼーと整体整骨院(桜園三聖の隣です)

参加費 無料

連絡先

☎059-334-7577

さぼーと整体整骨院院長 北出真彦



## 橋北のお店紹介

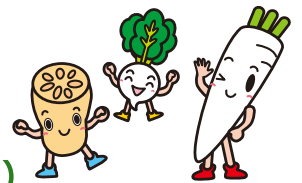
### 「デンキのカメイ」京町

店の前は鉢花が占拠していますが、花屋さんではありません。電気屋さんです。一見、商売っ気がなく、家電購入は某大型店を勧めますが、人柄は地域の人を知る信頼度抜群の店主です。



## やさいごよみ

### 9月の野菜・なす(茄子)

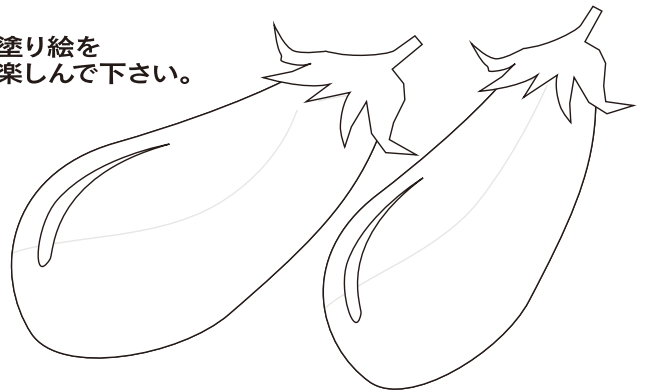


なすの歴史・原産はインドです。日本には奈良時代に中国から伝わり、そのころからお漬物などに使われ、古くから日本人に親しまれた野菜のひとつです。「なす」という名前の由来は「早く実が成る」ことからだそうです。ちなみに英語では「Eggplant」といいます。丸なすの卵のようなカタチから名付けられたみたいですね。人を馬鹿にする時に「おたんこナス」や「ぼけナス」という。「おたんこナス」の語源には諸説あるが、前者は「出来そこないのナス」、後者は「色がぼけてまぶさそうなナス」を意味するという説もある。

※「秋なすは嫁に食わずな」

なんて意地悪なことわざだろうと誤解している人はいませんか? このことわざは、お嫁さんのことを大事に思った思いやりの言葉です。なすは体を冷やす効果があるので、涼しくなる秋にお嫁さんが体調をくずさないようにという気遣い。そして、なすには種が少ないことから子宝に恵まれないことを案じて、食べさせないようにしたそうです。冷え症の人や、特に体を冷やしてはいけない妊婦さんは「なす」の食べ過ぎに注意しましょう。

塗り絵を  
楽しんで下さい。



## 楽々介護教室開催します

平成30年4月、橋北地区には特別養護老人ホームが開設されます。しかし、特別養護老人ホームとはどんな施設なのでしょう? また、どんな人が利用できて、一体どのくらいお金がかかるのでしょうか? わからない事は下記日程で開催の楽々介護教室でお答えします! 皆さん是非聞きに来てください。

●事前に電話での申込みをお願いします

日 時 10月8日(日) 13:30～15:00

場 所 橋北楽々館 在宅介護支援センター

参加費 無料

問合せ先

橋北楽々館 在宅介護支援センター  
(岩崎)☎059-334-8588

## 在介走ってます!!

特別養護老人ホームが建設されます。



現在、四日市市には24ヶ所の特別養護老人ホームがありますが、橋北地区には今まで施設がありませんでした。しかし、この度 浜一色町(桜コミュニティ)・高浜町(すずらん福祉会)にそれぞれ1ヶ所ずつ、来年4月の開設を目標に建設が始まりました。橋北地区に頼れる社会資源がまた増えますね。

楽々!元気の会を開催します。

9月8日(金) 10:00～11:00

橋北交流会館・1階・地域活動室

9月22日(金) 13:30～14:30

橋北地区市民センター・会議室

10月13日(金) 10:00～11:00

滝川町集会所

問合せ先

橋北楽々館 在宅介護支援センター  
(岩崎)☎059-334-8588