



かわらばん

たみお 民生君のつぶやき

暑かった夏が終わり、子どもたちにとっては運動会や文化祭など行事の多い新学期が始まります。「幸せ」についての書籍をたくさん出版している齋藤茂太さんの書籍に素敵な言葉がありました。「一笑一若、一怒一老」一つ笑えば一つ若くなり、一つ怒れば一つ老いる…の言葉でした。近年は医学的な研究においても、笑えばがんやウイルスに対する抵抗力が高まり、同時に免疫異常の改善にも繋がると発表されています。長生きして、作り笑いでもよいので、笑って毎日を送りたいものです。



こども情報局

新学期が始まりました。9月には体育祭・運動会が行われます。中学校・小学校・こども園、それぞれで子どもたちの元気いっぱい顔が見えますよ～！小学校では来年度の新入生の競技もあります。参加してみましょう。

日程

- 9月13日(木) 橋北中学校・体育祭
- 9月22日(土) 橋北小学校・運動会
- 10月6日(土) 橋北こども園・運動会



昨年度 こども園運動会

在宅医療講演会

「在宅医療を考える!! 歯科医編」

講師 伊藤 誠先生

場所 橋北交流会館3階

日時 30年9月24日(月) 午前10:00～11:30

どなたでも入場できます。

◎スマイルカフェも同時開催

橋北交流会館3階 午前9:30～11:30

スマイルカフェは無料です。

問合せ先

橋北地区社会福祉協議会
NPO法人 ニコニコ共和国
理事長 高井俊夫 ☎080-3640-7978

8020



橋北地区市民センター職員紹介

橋北地区市民センターの6名の職員をシリーズで紹介いたします。

◎副館長: 山岸 聡

やまぎし さとし

橋北地区市民センターへ配属になり約半年。地域福祉に対する皆様の真摯で活発な取り組みに感謝します。地区市民センターとしても皆様をお支えできるよう努めてまいります。共に良い地域にしましょう。



ニコニコ学童

橋北学童保育所の子どもたちは、全員元気に学校へ！楽しかった夏休み(カヌー教室・ソーメン流し・夏まつり)も、あっという間に終わり、新学期がスタート！学習や新しい体験をいっぱいして、成長することを楽しみに関わっていきます。



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

ニコニコ茶屋

いつもニコニコ茶屋をご利用ありがとうございます。8月はカフェを休みましたが、9月から木曜日・金曜日と通常通り開催します。ニコニコ茶屋では11月の地区文化祭に向けて作品作りを始めています。



問合せ先

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

歯科検診行ってますか?

美味しい物を食べることは誰にとっても
 楽しい事だと思えますが、いつまでも食べ続けるには
 口の中の健康管理がとても重要です。歯が汚れてくると
 口の中の **ばい菌**が増え、**歯肉炎**になって口臭となったり、
 誤嚥性肺炎等の疾病の原因となる事もあります。
 口の中の不健康を予防するために歯科の定期受診をお
 すすめします。
 「食欲の秋」が近づいています。好きな物を美味しくい
 ただきましよう。

楽々!元気の会を開催します。

9月14日(金) 10:00~11:00 午起集会所
 食べることで介護予防

9月21日(金) 13:30~14:30 橋北地区市民センター
 運動して介護予防

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

防犯だより

防犯活動

新学期が始まり、夏休みの楽しかった思い出を胸に元
 気に学校へ通い始めました。
 交通事故や犯罪から子ども
 たちを守るため、見守りお
 願います。



橋北のお店紹介

さとうりはつほ
「佐藤理髪舗」東新町

「舗」が
 付く床

屋は日本で佐藤理髪舗一
 軒だけらしいです。今三
 代目ですが、初代のおじ
 いさんはスマートなチョボ
 ひげでとても器用な人で
 した。小さな店から始め、
 二十年前までの店はハイカラでブラインドの柄などイギ



リスチェックでした。おばあさん達は郵便局か銀行と間違えて通帳を持って来たそうです。どっしりした建物でした。私も自分の仕事が好きで、病気・ケガをしないように80才までチョキチョキしていたけど…。お客様が来てくれるかな? よろしく。

見て納得! 介護ワンポイントアドバイス

●お薬でお困りの方 必見!

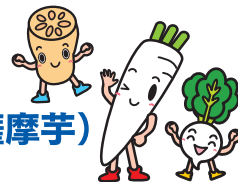
高齢者は複数の病気にかかっていることも多く、薬の種類も増えて管理も難しくなってきます。お薬の安心・安全のために薬剤師がご自宅を訪問して薬の管理・指導などを行います。専門の視点で問題の発見や解決につなげます。そのほか、たくさんの薬を一袋にまとめたり、お薬の形の変更など、よろず「お薬の困りごと解決」を支援します。訪問薬剤師を紹介します!

四日市薬剤師会 ☎059-354-8440

問合せ先 文責:四日市薬剤師会(藤戸)



やさいごよみ



9月の野菜・サツマイモ(薩摩芋) Sweet Potato

中央アメリカ原産のヒルガオ科の植物。

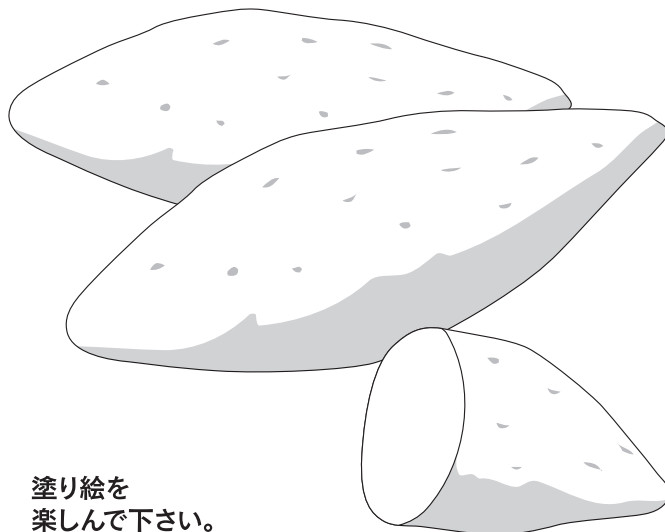
効能: 整腸・強壯作用・肺がん予防。

八代将軍・徳川吉宗の当時、儒学者として知られていた青木昆陽が西日本で栽培されていた薩摩芋を広く東日本に普及したとされる。

飢饉に備えて救荒食品として奨励、栽培され、鹿児島県・茨城県・千葉県・宮崎県・徳島県が全国のトップ5の生産県になります。この内、上位4県で全国の8割を占め、とりわけ鹿児島県は全国の生産量約81万トンの4割弱を産します。

サツマイモは日本料理の献立に「丸十」と書かれることがある。これは、薩摩藩・島津家の家紋が丸に十字であることが由来だとされています。

◎芋を引く・芋を収穫するときに後ずさりすることから転じて怯むこと。



塗り絵を
 楽しんで下さい。