

♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡  
♡ お知らせコーナー ♡  
♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡

### 善意銀行

7月17日 預託者 西山日出人氏 金3万円 亡長男 貞男様の香典返しとし  
7月20日 “ 高松 近人氏 金3万円 亡妻 ミチノ様 “  
てありがとうございました。

### 大津島保健組合

内科診療所は8月14日～16日まで盆休みのため休診いたします。  
この間、車の運行は行いません。

### 夏季ソフトボール大会

8月15日(火) 午前8時30分から大津島中学校運動場で行われます。  
近江・瀬戸浜、刈尾、本浦、天浦・柳浦、馬島の5チームが出場予定です。  
出場を希望される方は、各地区体育振興会委員へ申込み下さい。  
帰省された方の出場大歓迎します。

### 資源回収活動

大津島中学校・PTAでは、今年も恒例となっている「資源回収活動」を次のよ  
うに行いますのでご協力下さい。

1. 基本的な回収日時 8月19日(土)、20日(日)は午前中 小雨決行  
この日以前でも回収に行きますので「日時と場所」連絡下さい。☎85-2003 へ
2. 回収する資源ごみ 古紙(新聞・雑誌・牛乳パック・ダンボール)、布類  
(衣類・古布・毛布)、缶類(アルミ缶)、びん類(ビール瓶・酒及び焼酎の  
一升瓶)。
3. 集積場所 近江・瀬戸浜・刈尾の自治会館前庭、本浦波止場入口、天浦消  
防機庫前、馬島公民館裏庭、柳浦のごみ収集場所。

### 宿泊訓練・島めぐり

大津島中学校では、共同宿泊訓練活動を通して社会規範の基礎を培い、自らの能  
力に挑戦する態度を育成することを目的に行います。  
8月20日(日)は、資源ごみ回収・福祉活動・キャンプファイヤーなど  
8月21日(月)は、カッターで本浦沖の五つ島まで行き、テントの設営・飯盒  
炊飯・水泳教室などの野外活動。

◎編集後記…限られた紙面ですが、地域の皆さんに役立つ記事を掲載したい  
と考えています。情報、ご意見等お寄せ下さい。

# 潮流

第29号

平成7年8月5日発行

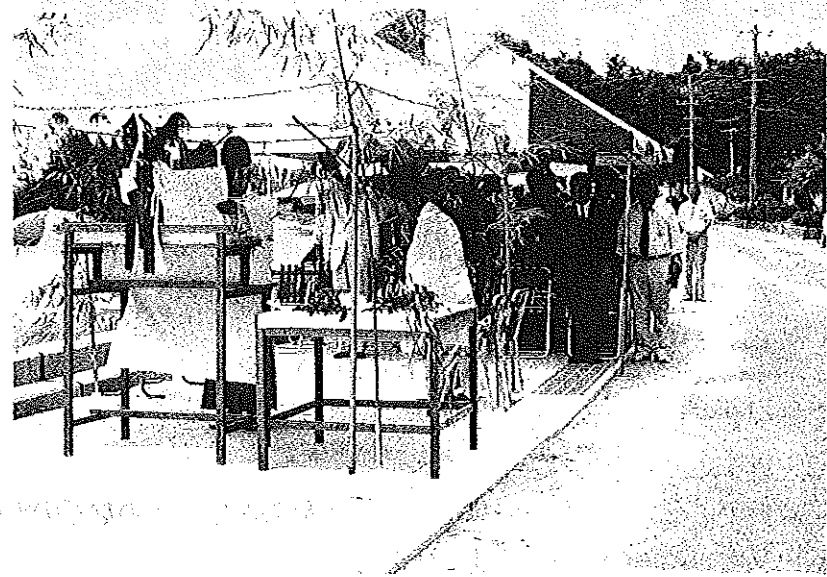
大津島地区コミュニティ推進協議会

### 砲台山の草刈り

7月29日(土) 早朝からコミュニティと観光協会では、砲台山登山道路・旧兵  
舎跡の草刈り奉仕作業を行いました。約2kmの登山道路には両側から雑草が生い茂  
り車両の通行に支障をきたしておりましたが、作業終了後は見通しも良くなり見違  
えるように綺麗になりました。猛暑の中汗だくになり頑張っておられた皆さんご苦  
勞様でした。

### 海水浴場開き

7月16日(日) 徳山市で唯一の刈尾海水浴場開き祈願祭が、小川徳山市長外関  
係者多数出席のもと現地で行われました。同海水浴場にはカラータイル階段式  
護岸の整備がなされ、又、日除けパラソルなどの設備も充実され、併せてサメ防止  
ネットを設置するなどして安全の確保に努めており、猛暑の今年は沢山の方に利用  
していただけるものと運営委員会では期待しています。



## 議長就任を祝う

コミュニティ推進協議会長 石丸適

6月のある朝、榊島附近を快調に走るフェリー大津島の船尾に佇むと、よくテレビで紹介されている大津島の全景がパノラマのように目に入る。緑の山並みと青い海・新調なった小学校体育館・刈尾海水浴場の階段式護岸と診療所・瀬戸浜の防潮堤工事・本浦ではティサービスセンターの運営が順調な滑り出しをみせている。

豊かな自然と人の情けが交錯した住み易い島と云われるものの生活環境の改善向上を図る課題は極めて多いこの時期、地元の高松議員が市議会議長の要職に就任される快挙があり、過日大津島ふれあいセンターで有志による盛大な祝賀激励会が開かれました。当人からも勇気百倍力強い意思表示がありましたし、今後の活躍に期待すると同時に皆さんも気軽に意見交換をはかり協力して住みよい地域づくりを進めようではありませんか。



## 第3回ふれあいツアー

開催の度に好評を博している、ふれあいツアーの第3回目を9月8日(金)刈尾地区を会場に実施予定です。

農業・漁業部会では参加者に購入してもらおう販売品のとりまとめなどの準備を始めています。出品される方のご協力をお願いします。

お問い合わせ 市大津島支所内ふれあい島づくり協議会 ☎85-2001 へ

## 家庭ごみは9月1日から⇒

⇒市指定のごみ袋で！

◎9月1日から家庭ごみは「市指定のごみ袋」に入れて出していただくことになりました。

◎「市指定のごみ袋」には、燃やせるごみ用と燃やせないごみ用の二種類があります。どちらも、市内の各スーパーや小売店で販売が開始されています。早めに切り換えてお使い下さい。

☆9月1日からごみの収集体制がさらに充実します。

①燃やせないごみの収集が、これまでの隔週一回から毎週一回になります。

②粗大ごみ(原則として一辺1mを超える大型のごみ…冷蔵庫・箆笥・応接セットなど)も随時個別収集します(有料)。…環境事業課 ☎22-8303 又は清掃事務所 ☎22-8890 に申し込んで下さい。

お年よりは調理の工夫で

多様な食生活を♡

バランスのとれた栄養素を摂取するにはできるだけ多くの食品を万遍なく摂るのがよいとされています。

一般的には1日30食品が目標となっています。しかし厚生省で毎年実施されている国民栄養調査によりますと、国民が1日に摂っている食品の数は平均して22品目ということです。まだまだ摂取する食品の数を増やさなければなりません。

一般に年をとってきますと、どうしても食事が偏りがちになります。肉や脂っこいものが嫌いになり、さっぱりした和風の食事を好む人がでてきます。また味覚が衰えてきますので、逆に濃い味を好む人もいます。従って、調理に工夫をこらさないと、とかくアンバランスな食事になってしまいます。お年よりが食べやすいように、しかもお年よりが好むように上手に調理し、見た目にも食欲をそそるような食事を食卓にのせるようにいたしましょう。なお、お年よりの場合には水分の摂取にも気を付ける必要があります。一般に成人では1日に1ℓの水を飲み、食物に含まれている1,15ℓの水と、体内で栄養素が分解されて生ずる0,35ℓの水計2,5ℓを尿や汗などでして排出しています。しかし、お年よりは、しばしばトイレにいくのを嫌がって、できるだけ水を飲まないようにしたり、食べる量が減るので、食物に含まれている水分の量が減り、脱水状態に陥ることもあります。食べ物と同時に水分も適量に摂取するよう注意いたしましょう。

※「さわやか・健康'95」より

