



# ふれあい

記事と情報は下記へ  
周陽公民館  
☎28-6515

9月の資源回収日は28日(第4日曜日)です。

## 夏休み 子ども王国 大田原自然の家にて



のこぎりで木をきってペンキをぬって  
かべかけをつくったのがたのしかったです。

周陽小 1年 迫田光平



やきすぎに早く字を書きたいなあと  
わくわくしながらまえました。

周陽小 2年 室永佳奈

八月九日〜十日に子ども会のキャンプに行きました。本日は二泊三日のキャンプだったけど、八日に台風が来て一泊三日になったので残念でした。三泊のネイチャーハイキングをしました。四、五年のころは、ものすごくつかれて足がいたかったけど、今年は全然つかれなくて、「もう、終わりっ!」って感じでした。今年は、班長で大変かと思っただけ、副班長や班のみんなが協力してくれたので、とても助かりました。四、五、六年の三年間、キャンプに行っただけ、今年が一番楽しかったです。

周陽小 六年 長田 萌恵

周陽・秋月・桜木三地区の子ども会主催

## 主な行事予定

### 9月

- 1日(幼、小、中) 始業式
- 5日(中) 夏休み作品展
- 9日(小) 夏休み作品展
- 14日(中) 秋季大運動会
- 15日(社) 敬老の日記念行事
- 18日(社) 食事交歓会
- 21日(小) 秋季大運動会
- 27日(こ) 資源回収

胃腸がつかれているときの  
おすすめメニュー

## 料理メモ



枝豆の梅肉合せ

材料 2人前

ゆでた枝豆 ……10さや

みりん ……小さじ1

練り梅 (瓶詰め) ……大さじ1

シソの葉 ……1枚

作り方

- ① 枝豆はさやから取り出してざるに上げて水分を切っておく。シソの葉は千切にしておく。
- ② 練り梅をみりんを溶いてゆるめておく。
- ③ 枝豆と調味料を合えて、上にシソの葉を散らせば、できあがり。

## WELCOME! 生涯学習は公民館で

公民館で何か一つ新しいことにチャレンジしてみませんか!

いってみたい公民館の場所や始めてみたいことが、周南市「平成15年度公民館趣味・文化講座一覧」で地域別・講座別に探すことができます。

ホームページでも見られます。

<http://www.city.shunan.yamaguchi.jp/hp/manabi/>

詳しくは、周陽公民館 Tel 22-6515

生涯学習センター Tel 22-8690

## あとがき

天候不順の日々に体力を消耗した夏でした。いよいよ実りの秋突入ですね。普通の秋を祈る気持ちでいるのは私だけでしょうか。

しっかり食べて 夏ばて回復。そして行楽の季節を楽しみたいですね。

## 《敬老の日》～いつまでもお元気で

9月15日は「敬老の日」です。  
人生の先輩である高齢の人に「いつもありがとう、これからも元気でいてください」との気持ちを新たにする日でもあります。

いろいろな学習や活動に参加され、輪が広がっていく高齢者の方々がいらっしゃる一方で、一人暮らしや寝たきりなどの問題も深刻化しています。社会全体でサポートする仕組みを整えることが重要となってきていますが、ちょっとした心遣い、手助けや声かけで、高齢の人の暮らしを応援してあげましょう。

周陽地区は市内で比較的高齢化の遅い地域でしたが、最近急速に高齢化が進んできました。



65才以上	1054人
高齢化率	75才以上 465人
16.4%	

周陽中学校

## 健闘 全国大会出場

全国中学校選手権大会

野球部

ベスト4

ソフトテニス部

(岡村・吉本組)

8月17日～20日 北海道岩見沢市

8月22日～24日 北海道旭川市

貞安監督(周陽中)の談話  
今大会を振り返り、このような大きな舞台で素晴らしいチームと戦うことができ、幸甚だった。選手は最後まで声を出し続けていた。いい選手、チームに恵まれた。保護者をはじめ、部を支えてくれた皆さんにありがとうと言いたい。



## ～人権問題を考える～

すすと小鳥とそれからわたし

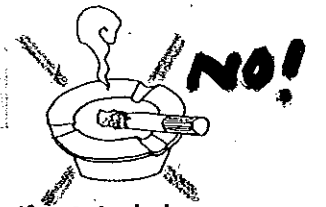
みんながってみんないい

(金子みすず詩集より)

去る8月7日、周陽中学校区(周陽・桜木地区)人権教育推進協議会が周陽公民館で開催され「地域ぐるみで人権に関する学習会を行う・人権に関する啓発や情報提供につとめる」などが話し合われました。

本年度の人権学習会では「男女共同参画社会を考える・人権学習交流会」等を予定しています。今日、社会が多様化するなか、様々な形での人権侵害も生じています。ふだんの生活の中で一人ひとりをお互いに認めあっていくことが大切ではないでしょうか。

## 禁煙チャレンジャー募集!



やめたいたばこがやめられる!

“本気でたばこ無縁の無縁生活をしたいあなた”をサポートします。

応募資格：たばこをやめようと思っている人および禁煙に関心がある人

内容：下記の日程でご参加のうえ、あなたの決めた禁煙開始日から3ヶ月、電話等によるサポートを受けながら、禁煙に取り組みます

	開催日時	内容	場所
第1回	9月12日(金) 9:30～11:30	たばこ依存度を知ろう	徳山保健センター
第2回	あなたの都合のよい日時 (予約制)	あなたに合った禁煙の秘訣を伝授!	

※ 参加者には、もれなくオリジナル日めくり禁煙カレンダーを差し上げます。

参加料：無料

平成14年度は23人が禁煙にチャレンジされ、11人が禁煙に成功されています

★ お申し込み・お問い合わせ 周南市健康増進課へ

TEL 22-8553 FAX 22-8555

Eメール [kenkozo@city.shunan.yamaguchi.jp](mailto:kenkozo@city.shunan.yamaguchi.jp)