

行事予定

- 11月
 4日(日) 緑山ハイキング 9:30支所集合 ~14:00 向い合わせ(公民館88-0001)
 8日(木) 周南再生まちづくり懇談会 19:00~20:30(須々万農村環境改善センター)
 内容: 市長講話(周南再生への思い)
 地域の課題に対する提言・意見・質疑応答
 向い合わせ(須々万支所 88-0001)
 9日(金) 介護保険講話 10:00~(須々万支所 講堂)
 講師: 市の保健師さん 主催: マロン沼城 向い合わせ(88-2347) 工藤まで
 11日(日) 須々万ふれあい文化祭 & 健康フェスタ 10:00~16:00(沼城小)
 21日(水) 須々万地区人権教育講演会 14:00~15:30(沼城小体育館)
 12月
 4日(火) 野菜ソムリエ 柳井さつきさん 講演会 10:00~(農村環境改善センター)
 Q 野菜ソムリエって何?
 ニューのCMで少し有名にトりました。正式名称は「ベジタブル & フルーツマイスター」といって、野菜と果物の知識を持ち、野菜と果物のおいしさや食べ方を理解し伝えることのできるスペシャリストです。
 須々万のみたさんに、野菜や果物の魅力を伝えるに来て下さいませ。

- 11月
 1日(祝) 新春歩こう大会
 13日(日) たこあげ、どんど焼き大会

職員募集! のお知らせ

農村環境改善センター パート職員募集
 業務内容: 受付及び管理事務(館内清掃含む)
 募集人数: 1名
 勤務期間: 平成20年1月1日から平成20年12月31日
 勤務日数: 月17日以内
 時間: 9時~17時と17時~22時(二交替)
 休日: 日曜日・祭日
 年齢: 65才まで
 申し込み: 平成19年11月30(金)までに履歴書を
 周南市役所農政課 (tel 22-8356)
 又は須々万支所 (tel 88-0001)へ

@ 不安をかきたてる内容の @
チェーンメールもどきに注意!
 最近、具体的な店名をあげて「幼児がトイレに連れ込まれ、ひどい被害を受けた。多くのお母さんにまわして、子供を守ろう。」というメールがあるそうです。確認したところ、お店も警察も、そのような事件はない。との事。安易に友人に転送する事のない様、注意していきましょう。

編集後記

秋もようやく深利、朝夕は冷えこみました。それにしても暑かった秋。我が家のピーマン、トマト、ひょうたんは秋にふも元気がいい! どんどん実がたまり、うれしいけれどなんだか? 深まる秋にピーマンの行事が目白押し、さてさて、今日は何があるのかな? 江崎

日時 **11月11日(日)**
 場所 沼城小学校
 講演会 10時~11時30分
 五輪メダリスト
 池谷幸雄さん
 テーマ
 「夢は果てなく永遠に」

須々万ふれあい文化祭 & 健康フェスタ

スタンパリー
 先着100名様に
 豪華景品あり!
 楽しみましょ!

13時30分~
 げんきキッズ
 お姉さんと一緒に
 歌って踊ろう!

毎年多くの人でにぎわふふれあい文化祭が、今年は健康にも力を入れてにぎやかに開催されます。皆様のおこしにじよりお待ちしております。

人気ゲーム
 Wii(ウィー)で体カ年齢測定コーナーもあります

各種バザー、展示いろいろ、はしご消防車、移動動物園、ウォーキング体験、血管年齢測定、福引、etc

池谷さん

〈須々万地区人権教育講演会〉
 11月21日(水) 14:00~15:30(沼城小体育館)

講師「大谷 泰彦さん」
 テーマ「ハートはいつも青空」

テレビやラジオで活躍中の「ヤスベエ」が須々万にやって来ます。喋って喋って、涙がホロリ... どうぞ お楽しみに!



寒くおきてきたので食事の時に緑茶を出すようにしました。「あったかい♡」とみんなに大人気! 朝からガブガブ(?) 飲んでます。カテキンパワーで風邪菌も引かたみぞ! (カ)

あはたの元気、おしえてください!

ススマのチカラ!



「毎月4日は『健康すすまの日』」みなさん何か目標を決められましたか? 今回は『健康すすまの日』にちなんで4のつく日に活動している2グループから投稿をいただきました。

須々万幼稚園

地域ぐるみで取り組む「健康すすまの日」が毎月4日に定められ、それぞれに合った健康への取り組みがスタートしました。本園では園児や保護者の健康を原動力、今までも取り組んできた「徒歩デー」を毎月4日の「健康すすまの日」に実施することにしました。歩くことによる……

- 歩きながら交通ルールが身につく
- 空・風・風景から季節を感じることができる
- そのことを親子で話すことにより、親子のふれあいができる
- いろいろな人に出会って、挨拶の仕方を覚える
- 持ち物が付く
- そして、心も身体も健康になる

と、考えられます。年齢、体調、距離などを考えて、1人ひとりが自分なりの「徒歩デー」に取り組んでいきたいと考えています。

地区民生委員児童委員協議会

地区民生委員児童委員協議会では、以前より月3回のあいさつ交通立哨を実施していましたが、「毎月4日は『健康すすまの日』」に合わせて、4のつく日に変更し、9月の新学期より、4日、24日は各地区の交差点等に、14日には小学校の校門前に立ち、子どもたちとあいさつを交わっています。

「おはようございます。」の元気いっぴいのあいさつに、お互いその日1日の元気をもらっています。朝のあいさつ



は、1日の元気の源です。家庭で地域でみんなであいさつを交わしてみませんか。(ただし、学校の休みの日の場合はその前後の日で実施)



Thank you! あいがとうございました。

それぞれのグループには
クオカード500円分を進呈いたします!

みなさんも4のつく日に限らず、健康づくりのためにやっていることを教えてください! 代表者の住所(地区名)、氏名、電話番号を明記の上、お申し込み下さい。

あて先 Fax 須々万公民館 0834-88-0186
E-mail susuma-ko@city.shunan.lg.jp

ケタイからの申し込みはこちらから → QRコード



毎月4日は『健康すすまの日』です!

住宅用火災警報器の設置



煙や熱を感知して警報音や音声で火災発生を知らせる火災警報器。

万が一火災が発生しても早く気づき逃げ遅れないため、消防法により平成23年5月31日までに全ての住宅の寝室や階段に火災警報器の設置が義務づけられました。台所やリビングへの取付義務はありませんが、付けておくに安心です。各家庭でどのくらい必要にするか準備しておきましょう。

注意!

また購入の際は悪質な訪問販売等に注意して下さい。消防署や市が直接警報器等を訪問販売することはありません。また、特定の業者に商品を斡旋したり、販売を依頼することはありません。おかしいと思ったらはっきりと断りましょう。

これから暖房器具など使う機会が増えます。みなさん、火の元には十分注意しましょう。



ちょっと役立つ健康のおはなし

Dr. コウダ 診療所

医療法人 神田医院 神田 博

Vol.2 ハチ毒アレルギーについて

ハチ刺し事故の多い季節です。当院へもほぼ毎日誰かが来院されます。顔面や頭が多く、ハチは黒いものを攻撃する習性がありますので白い色の服装にしましょう。ハチに刺された症状はさまざまです。ハチ毒アレルギーの人でなければ、強い痛み、かゆみ、発赤といった局所症状のみで、このような場合、いくら痛くても心配ありません。しかし、ハチ毒アレルギーの人ではきわめて強い反応が起こり、嘔吐、寒気、全身のじんましんといった全身症状から、吸呼吸困難やショック症状となり死に至ることもあります。全身症状があらわれるのは、刺傷後15分以内ですが、当院では約1時間点滴等して経過観察することにしています。前回は大丈夫でも、再度のハチ刺し事故でショック症状が起こることがあります。ハチに刺されないようにするには、巣に近づかない。ハチを刺さないことですが、私が中学生の時にスズメバチの巣に石を投げて頭を刺され、全身湿疹が出て寒気が強く、翌日の運動会を休んだことがあります。いすれにしても、過去にハチに刺された人は一度病院でハチ毒の抗体の検査をしてもらい、もしハチ毒の抗体を持っており、野山へ出る機会の多い人はハチ毒に対する自己注射(1回分15,000円ぐらい)を常に携帯する等の対策をとることを勧めます。一度かかりつけ医に相談してください。

夜中に私の自転車姿を見なくなった方へ、私の減量大作戦は一時中断しています。それでも、この20年間で最も低い体重を維持していますよ。



地域全体で…… 子供たちを守りましょう!

沼城小学校育友会長 藤井康弘



子供が被害を受ける事件が各地で増えています。

「この辺りは大丈夫」と思っても、車社会の今日、他人事ではありません。子供達も学校等で自分の身を守るための方法を教えてもらっています。しかしいざという時…子供達だけでは防ぎきれない事もあると思います。そこでみなさんにお願いです。

見慣れた人や車がいけないか
見ると
山0000
00-00

下校時刻(14:10頃~)に外に出てみる(庭先のそうじ、犬の散歩など)

ちょっとしたことで構いません。少しでも子供達に目を向けて頂けると助かります。また各家庭でも防犯に對しての確認をしてみてください。何かありましたら警察、学校等に連絡 沼城小学校 88-0008 をお願いたします。 須々万駐在所 88-0034

くま・ハチの被害の多い季節です。気を付けましょう!