



地区だより

すすま



まちづくり推進協議会
須々万公民館

第92号

発行

平成20年2月1日

須々万地区 人口 5,166名(男性 2,492名 女性 2,674) 世帯数 2,007世帯 《2007年12月末現在》

私たちの須々万のまちは、緑豊かで澄みきつた青空と、夜空を埋める無数の星々、トンネルを越えたと自然を感じ都会暮らしでもなく、田舎暮らしでもない生活の利便性にも優れた暮らしを楽しむことができるまちだと思えます。今は地方分権の時代です。私たちの生活を支えてくれた行政も合併により広域化し公共サービスを何時でも提供することができなくなっています。

明けましておめでとございます。皆様にはご家族お揃いでよいお年をお迎えのこととお慶び申し上げます。平素より須々万地区のまちづくりに対して、ご支援ご協力を賜り誠にありがとうございます。昨年、安部首相が突然退陣され、福田政権が発足するなど政治が混乱しました。社会では、親・子殺傷事件など、残忍な事件が多発し食品偽装事件の判明と安全安心が心配されました。また、地球温暖化が原因での異常気象による大災害の発生、原油の高騰による世界と日本経済の将来への不安の声が上がっています。今年も安心して暮らせる明るい年になることを祈念しております。

須々万地区まちづくり推進協議会会長 小田 敏雄

新年のごあいさつ

須々万地区まちづくり推進協議会会長 小田 敏雄

地域社会を住みよくするためには地域の各種住民団体とボランティアが参加、協働して目標をたて協力していくことが必要です。少子高齢化や過疎化などを背景に多くの地域が衰退しています。地域おこし、地域再生の言葉が飛び交っています。地域は私たちの生きていく場所です。人は一人では生きていきません。人々の支え合いによって生きていくのです。須々万地域の誰もが暮らしてみたい町にするため、隣近所の人々が支え合い、助け合って温かみのある地域づくりに向かって今年も進んでいきたいと思います。皆様のご協力をお願い申し上げます。本年が皆様にとって幸多き年になりますように祈念いたします、ご挨拶いたします。



イベント情報

毎月4日は健康すすまの日。寒さには負けない毎日も。

2月 4日(月) 初心者のためのヨガ教室 10:00~11:30



場所: 須々万農村環境改善センター
対象: 18歳以上の女性(先着20名)
その他: 運動ができる服装で参加。バスタオル(ヨガマット)持参。小さいお子さんはひりりクラブにて同室内で預かり可。
問い合わせ(TEL 88-0001 FAX 88-0186) 須々万公民館まで

11日(祝) 周北武道大会 沼城小体育館・徳山北高校にて

3月 4日(火) 元気のう(脳)!講座

“認知症”
〜その物忘れ...もしかして!!
場所: 須々万農村環境改善センター
時間: 13:30~15:00
問い合わせ(88-0001) 公民館まで

10日(月) 光市しゃぼん玉

人形劇

時間: 11:00~11:40
場所: 須々万農村環境改善センター
主催: サークルゆりかご、ひりりクラブ

あたたかも働いてみませんか?

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: 2名
(内訳) ①勤務期間: 平成20年6月1日から平成21年5月31日(1年間) 1名
②勤務期間: 平成20年7月1日から平成21年6月30日(1年間) 1名
- 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・祭日
- 年齢: 65才まで
- 申し込み: 平成20年4月18日(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)へ提出

子育て情報

育児相談 2月3日(水) 14:00~15:00
須々万農村環境改善センター
ひりりクラブ(親子遊びの広場)
毎週月曜日 9:00~11:30
須々万農村環境改善センター

編集後記

我が家にハムスターがやって来ました!お年玉で子供達が買ったので、カワイイしくさでいやすわております。しか〜し... 春に紹介した我が家の金魚、たくさん生まれ付け結構残ったのは3匹だけ...でも立派に金魚らしく並んで大きくなりました。ヒーターのない水温10℃の中、じと耐えて越冬中。ごめんな〜春はあ〜!暖冬とは...早く暖かくなってね〜

新年のご挨拶

須々万支所支所長
笹川 育



新年明けましておめでとございます。明るい希望に満ちた新春を迎え、皆様のご健勝とご発展を心からお慶び申し上げます。

皆様には、平素より支所行政及び公民館に温かいご理解とご支援を賜り厚くお礼申し上げます。

顧みますと、昨年は、食をめぐる偽装、年金記録漏れ、原油高、安倍首相突然の退陣、福田内閣の発足、防衛省問題、長崎市長銃撃、新潟県中越沖地震など多事多難の年でありました。

周南市においては、昨年5月に「力強く周南を変える」ことを唱えた島津幸男第二代周南市長の就任があり、わかりやすい予算解説書の作成や周南再生まちづくり懇談会の開催など市民の皆さんと一緒に考え、活況と自信に溢れる強い周南市をめざしたまちづくりが進められた年でありました。

これも、関係者の方々のご努力と地区の皆様方のご支援、ご協力の賜物と心から敬意を表する次第であります。

また、昨年は、『地区市民運動会』をはじめ、『ふれあい盆踊り&花火大会』、『須々万ふれあい文化祭&健康フェスタ』など地区諸行事には、沢山の方々に参加を賜り、応援やご協力をいただいた皆様には深く感謝いたします。

これからも、「ふれあい助け合いのまちすすま」を合言葉に、生涯にわたり健やかで、だれもが安心・安全に暮らせる心豊かな須々万の里づくりに、皆様のご支援ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

年頭にあたり皆様のますますのご健勝とご多幸を心からお祈り申し上げます。挨拶とさせていただきます。



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.3 花粉症は国民病

花粉症が報告されたのは約40年くらい前のブタクサによるものが最初であり、その数年後にはスギ花粉症が報告されています。今や花粉症は知らない人ははいないくらいポピュラーな病気になっています。ご存知のように花粉症はアレルギーが原因となつて発症する疾患、なぜ特に大人に於いて発症することが多いかというと、アレルギーの原因は元々持っている抗体が体内で一定期間(短期間)だけ抗原(花粉)にさらされるため、一定量の抗体が蓄積されるには長い時間が必要、つまり発症は大人になることが多い訳です。

では、どんな人がかかりやすいのでしょうか？ アレルギー体質の強い人はもちろんですが、食生活が苦しい、インスタ食品やファーストフードをよく食べる人も要注意。それらは添加物も多く、アレルギーへの影響は大きいと思われる。動物性脂肪の摂りすぎも用心したほうがいいようです。

しかし、スギ花粉の量だけでなく、排気ガスによる大気汚染、ハウスダストなども花粉症の増加の原因のようです。須々万はスギが多いので、スギ花粉症になり、都会に住んでさらに症状を悪化させることもあるのです。

スギ花粉の季節には、スギのない沖縄や北海道に移住することが理想ですが(それはやはり無理なので)、出来るだけ外出を控える、やむを得ず外出する時はマスク、眼鏡は必需品。外出したら家の中には花粉を入れない、なるべく窓を開けない、洗濯物は家の中に干す心がけましょう。

鼻水・くしゃみのひどい人はそろそろ抗アレルギー剤の投与も必要ですよ。ちなみに私も花粉症に悩まされています。苦しい季節がやって来ますが、みなさん頑張って乗り切ってくださいね。



食べるって楽しいよ!

投稿: 須々万保育園さん



子供たちは遊ぶことと同じくらい食べるのが好きです。保育園には毎日給食があり、栄養士さんと調理員さんが栄養バランスのとれたおいしい給食を作っています。昼前には給食室からおいしそうなおいかけがたどってきて『いいにおい!』と子供たちは目を輝かせ、においからその日のメニューを想像したりもします。もちろんおやつも手作りのものが多く、子どもだけでなく職員も楽しみにしています。

先日、年長組の子どもたちが畑から大根を抜いてきてその日の昼食にメニューにない一品として大根スティックが登場しました。一口食べて『から!!』と絶句した子どももいましたが、自分たちが種まきをして育てた大根なのでおいしそうに(?)みずみずしい大根を味わっていました。

保育園では今年度も食育活動として子どもたちと一緒にいろいろな野菜を育ててきました。

時には収穫した野菜を使ってカレーライスやスイートポテト作りも体験しました。これらの食育活動を通じて苦手だった食物が好きになったり、食べることの楽しさを

知ることができました。今後は食文化の継承にも力を入れ、食べることの楽しさをもっとも伝えていきたいと思っています。

採用者には
Quoraで500円分
進呈します!!

みなさんも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、電話番号を明記して右記の方法でお申し込み下さい。文章を書くのが苦手な方はこちらで紹介文を書きまわすので気軽に投稿して下さいね!!

あなたの元気、おしえてください!

ススマのチカラ!

みなさん風邪などひいていませんか? 今号も2組の方から元気の素を尋ねていただきました。投稿ありがとうございます!!



「ウォーキング」+「おしゃべり」
= ストレス解消!!

投稿: Fさん(肝要)・Aさん(友国)

家事が一段落した時間、2人で待ち合わせて健康のために30分位歩いています。須々万の四季折々の変化を肌で感じ、いろんなことを2人で話しながら歩く時間はとても楽しく、ストレス解消にもなります。今年も健康で過ごせるように頑張りたいと思います。



7ヶ月 0834-88-0186
E-mail susuma-ko@city.shunan.lg.jp
ケータイからも申し込みできます → QRコード

