



# 2023年11月

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1 つゆの里サロン 歌声喫茶	2 あつたかカフェ ポールエクササイズ	3 文化の日	4 つづの朝 (記念館)
5 	6 やなぎ商店	7 いきいき百歳体操 ☆金物類・粗大ごみ	8 歌声喫茶 ☆資源ごみ	9 さくらっこサロン	10 やなぎ商店 17町内	11
12	13 やなぎ商店	14 いきいき百歳体操	15 歌声喫茶	16 あつたかカフェ ポールエクササイズ	17 やなぎ商店 17町内 ☆ガラス・陶器有書ごみ	18 笑みサボ養成講座
19	20 やなぎ商店	21 いきいき百歳体操	22 歌声喫茶 活き活きサロン	23 勤労感謝の日	24 やなぎ商店 17町内 ☆燃やせる粗大ごみ	25
26	27 やなぎ商店	28 いきいき百歳体操	29 歌声喫茶	30 もよげサロン		



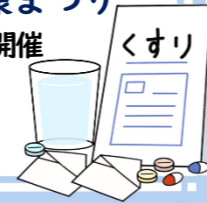
# あぶりこ

No.84  
令和5年11月号



## お薬との上手な 付き合い方

第3回 憩い食堂  
健康まつり  
9/24 開催  
(日)



私たちが日常生活において、病気や怪我の治療等に使われる「薬」。今回の講演は、地元(都野津町)に所在の、パール薬局:薬剤師 森口講師から、高齢者の服用状況、副作用が多くなる理由や「節薬」するために、『お薬手帳を使う。ジェネリック医薬品(後発医薬品)を使う。残った薬は次回受診時に調節してもらおう。かかりつけ薬局をもつ。』4つのポイントを丁寧に解説していただきました。参加者の皆さんは、自分や家族の健康のため関心を持って聴いておられました。講演中、参加者から薬に関する様々な質問に講師が答える場面もありました。

また、市健康対策課・保健師から、健康増進普及月間の本市における健康づくり事業を説明。終盤は、会場内に設けられた健康に関する各ブースへの参加体験や個別相談、「和楽の会」の皆様が作られた、昼食(持帰り)用のお寿司弁当の配布等が行われました。いつまでも健康であり続けたいと皆さんが共感する催しでした。



### 11月新刊案内

- ▼「木挽町のあだ討ち」 永井紗耶子
- ▼「もしかして認知症？」 浦上克哉
- ▼「めっちゃヘンな早口ことば」 大谷健太
- ▼「子どもたちはインターネットやゲームの世界で何をしているんだろう？」 関正樹
- ▼「ポケモンカードゲームで身につく！ロジカルシンキング」 松丸亮吾
- ▼「クロワッサン 9/10号」 マガジンハウス
- ▼「クロワッサン 9/25号」 マガジンハウス



### 【香典返し】 ご寄付のお礼 (10月14日分まで)

- 奥川 淳美様 (故 齋藤 藤一郎様)
- 下田 剛様 (故 下田 美智子様)
- 飯田 勝英様 (故 北川 武司様)

謹んでお悔やみ申し上げます。  
心より厚くお礼申し上げます。



あぶりこクイズの答え:③

## 歩道の草刈りお疲れさまでした！！



10月1日(日)、秋の町清掃(草刈り)が行われました。夏の暑さと突然の豪雨で草たちが一気に伸びてしまい、町民が歩く歩道を覆い隠してしまうほどになりました。でも、都野津町の皆さんの力はすごいですね！きれいになりました！皆様おつかれさまでした。



# 秋の交通安全



今年は雨天の日が多かったように感じました。その中でも傘をさして街頭指導に立たれている方がたくさんいました。初日には、石見交通車庫前交差点に秋の交通安全初日ということで、中村市長・江津警察署長も傘をさして街頭指導に立たれ、大勢の人で交通安全をアピールすることができました。

街頭指導に立つ人も、以前は決められた人が立つというイメージがありましたが、最近は、指定の場所だけでなく、自宅の前や近くの角々に自由に立たれ、子どもたちに「おはよう・行ってらっしゃい」と声をかけていただけようになりました。また、全期間を通して毎日街頭指導に立たれる方も増えてきています。今回は30名強の方が毎日立たれました。ありがとうございました。



# “あなたの「笑顔」がわたしの「しあわせ」”

笑みサポーターがどんどん増えています。

## 「笑みサポーター」って？

支え合い・助け合い・認め合いの町づくりを進めています。そのために、都野津町民全員が「笑みサポーター」を目指しています。

## 「笑みサポーター養成講座」

定期的に学びの場を設けています。いろいろなことを聞いて、生活の中の「笑顔」材料を増やしてください。という講座です。

でも、この講座を受けなければ笑みサポーターとは言えません！なんてことはありません。自分以外の人のことを ちょっとでも気になったら、もうあなたは「笑みサポーター」です。

都野津町づくり協議会事務局では、「笑みサポーター」ビブスも用意・配布しています。色々な場面でこのビブスを着て生活してください。

お問い合わせ：都野津町づくり協議会 ☎53-0453



ニュースポーツ祭(交流会)  
町迷路のご案内

# クイズ どこでしょう？

3つの謎の写真があります。同じ写真を撮ってきてください。

お題の発表は **12/2(土)** あぶりこ 準三郎記念館  
**午前9時** 玄関 掲示板  
**2箇所に掲示します** 場所の撮影は スマホ、プリントどちらでもOK!

撮影した写真は12/2(土)お昼12時までに  
あぶりこ受付へ

**参加賞と達成賞あり!**

## 「つのみやっこ広場」

津宮小学校の放課後子ども教室として、平成28年度からあぶりこ（コミュニティセンター）で行っています。8年目を迎えていますが、今では毎日たくさん子どもたちが元気よく帰ってきます。小学生だけでなく、中学生になった大きくなった子どもたちも帰ってきますよ。学校では見せない放課後の子どもの姿、話し方や行動。これが素の子どもなのだと感じる事が多くあります。彼らは、生まれて12年しか経っていない子どもなんです。私たち大人が同じように通過してきた子ども時代なのだと気づかされます。みなさん、ぜひ子どもたちに声を掛けに来てください。そして、良いことは「褒め」間違ったことは「叱る」ってやってください。決して突き放すのではなく。私たち大人は経験してきているのですから。

笑みサポーター



# あぶりこクイズ②

あっという間に11月となり、だんだん寒さも増してきましたね。体調には気を付けてお過ごし下さい。さて、11月から旬になる美味しい食べ物はたくさんありますが、その中の1つに「春菊」があります。では春菊はなぜ冬に旬になるのに春とつくのでしょうか？

- ①以前は春によく食べられていたから
- ②新菊というもともとの呼び名に当て字としてつけられたから
- ③春に花が咲くから

答えはP4の下へ!

