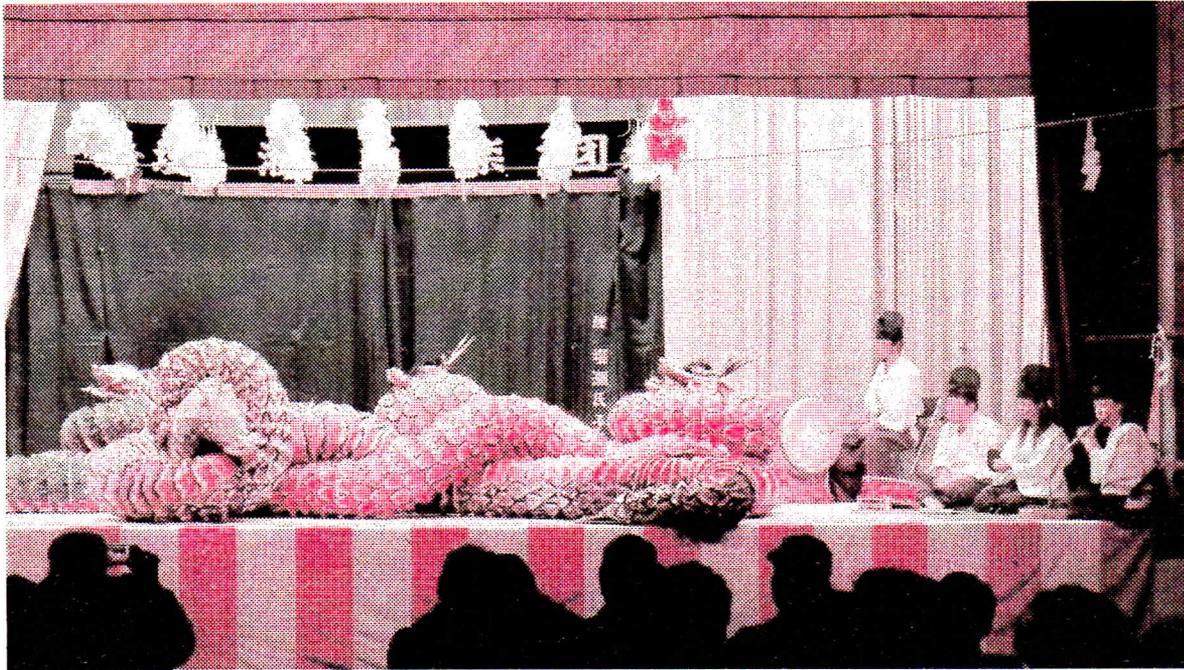


まるごときんさい

吉舎自治振興会

多くの人で賑わった 第10回吉舎ふれあい巴まつり



塩瀬神楽団による八岐の大蛇

吉舎自治振興会は、10月19日、20日の両日にわたって10回目の節目を迎えた吉舎ふれあい巴まつりを開催しました。

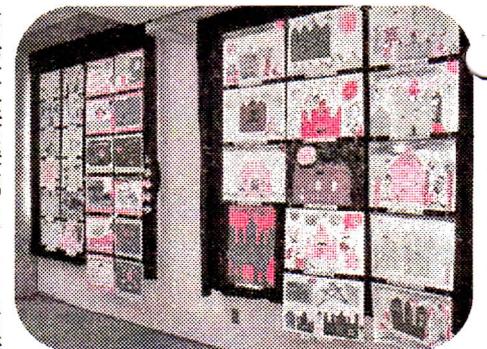
19日は前夜祭として、塩瀬神楽団(安芸高田市美土里町)の上演があり、会場はいっぱいの人で熱気に包まれて神楽を堪能することが出来ました。

女性部によるバザーも盛況で、前夜祭が盛り上がりました。

20日の本祭りは、朝からの小雨でどうなるのかと気をもみながらの進行となりました。各部代表者による宣誓で開会し、オープニングでは日影館



女性会のバザー



吉舎小学校児童の絵

高校吹奏楽部による素晴らしい演奏でスタートしました。

会場内の各所では、それぞれの教室、講座、グループの皆さんの絵画、書道、陶芸、写真、編み物などの力作が展示され、保育所園児や小学校児童の絵画、書も展示され多くの皆さんが鑑賞されました。会場内外を練り歩いたちんどん屋をはじめ、会場舞台では保育所園児による太鼓演奏、吉舎中学校吹奏楽部演奏、子どもダンス、フラダンス、カラオケ、寸劇、など素晴らしい舞台演芸となりました。とりわけ初めての口和エンジェルスのフラダンスには圧倒されました。

また、駐車場に張られた16のテント内では飲み物・食べ物・加工品・野菜・おもちゃ等の販売やゲーム・餅つきで小雨にもかかわらず終日の賑わいを見せていました。最後は参加者全員による「赤とんぼ・ふるさと」の大合唱と、「すきさ・ふるさと」を踊り恒例の福餅まきで祭りを閉じました。

準備、後片付けと支えていただいた実行委員、役員をはじめ多くの皆さんのご協力に感謝するとともに厚くお礼申しあげます。
(M・H)



口和エンジェルズによるフラダンス

自主防災の活動に積極的にご参加を

三次市では「だれもが安心して暮らせる災害に強いまちづくり」を進めています。地域で自主的・組織的に防災活動を行う自主防災組織への活動支援として、今年度から3年間の計画で、各住民自治組織に育成活動補助金を交付されます。

吉舎町自治振興連合会では、今年度632,000円の補助金を受けました。

この補助金は、6地区の自治振興会と連合会で、組織設立・防災訓練・防災マップ作成・資機材購入費用に使います。

それぞれの地区で自主防災の取り組みがなされています。いざという時、地域の住民が一致協力して命を守ることが大切です。自主防災の活動をご理解の上、積極的にご参加ください。(上垣 良三)

千支の折り紙講習会

来年は、午年。物事が『うま』くいくかも？

※日時 11月29日(金) 13時30分～15時ごろ

※会場 吉舎生涯学習センター

※講師 赤木 賢治さん(君田・折り紙博物館館長)

※材料費 3000円

※申込み 11月22日(金)までに吉舎町自治振興連合会

☎(43-7272)へご連絡ください。

定員20名になり次第締め切らせていただきます。



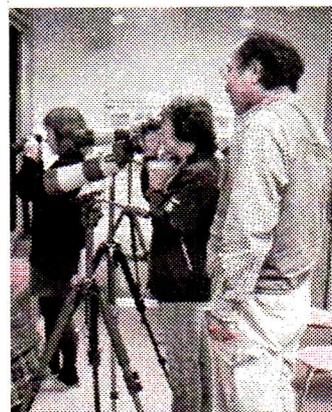
きさ・楽生塾講演会「災害発生！その時あなたならどうする？」

10月25日(金)、吉舎生涯学習センターで、三次市危機管理課から勝山課長を講師にお迎えし、楽生塾講演会を開催しました。

災害時はまず自分の命を守ることが大切である事、家族で災害時のルールを決めておく事、指定の避難場所以外でも地域の中で緊急避難できる場所を決めておく事などを聞き、出来る限りの準備をすることが大切だと思いました。備蓄保存用のパンの缶詰をいただき、『今日はこれを持って帰られて、お宅で防災についての話をしてみてください。』との宿題もいただきました。質問の時間では、住宅の耐震診断や防災無線の事、また「備蓄品はどこで購入できるか」等の質問がありました。地域の連携を強めておくことも大切で、いざというときお互いが助け合える吉舎町でありたいと思いました。(松田 正美)

きさ・楽生塾 クラブ紹介

ウェットランドでは、オオバン、チドリカモ、カルガモ、バン、アオサギ、カワウと見たことのない鳥を観察でき、楽しい時間をすごしました。最近では回を重ねるごとに新しい発見に出会えるか、楽しみに胸をわくわくして参加しています。(田上 孝治)



お茶のお点前だけでなく、おもてなしの心や歳時を通して、日本の豊かな心を学んでいます。美術館へかけて呈茶をして、練習だけでなく、実践を積むことでいろいろな勉強をしています。

茶道クラブ

講師 伊藤正敏先生を中心に、9名のメンバーで活動をしています。バードウォッチングクラブは今年初めて新設されたクラブで、私も初めて参加させていただきました。初日、バードウォッチングの心得は「自然と野鳥にやさしいきもちで」の指導を受け、いざバードウォッチングとなりました。最初の日にはシロサギ、アオサギなど観察し、名前を知って観察するのと知らないで観察するのでは別な思いで見ることを知り、新しい発見ができました。2回目、3回目は灰塚ダムの知和ウェットランドに行き、バードウォッチングをしました。ウェットランドは、コウノトリが飛来したところで知られています。

バードウォッチングクラブ

風鈴、ランプシェイド、吊し飾りなどを作られ、これらの作品の展示を、きさ104で予定されています。

日程は11月6日(水)～12月1日(日)です。



手芸クラブ

安田自治振興会

「安田ふれあい秋の集い」

10月27日(日)、秋晴れのもとで安田小学校と安田地域合同の秋の集いが、和やかに行われました。保育所の子ども達や小学生の絵や書字、地域の人たちの生花、手芸、シャドウボックス、パッチワーク、絵手紙、短歌、絵、写真、彫刻等の出展がありました。会場の作品に見入っていたMさんは、「作品を観ているとその人に出会った気になって楽しいです」また、Kさんは「久々に小学校の学習発表会を見るのが出来て大変嬉しく思った」そして「子ども達の一所懸命の姿に感心した」と話されました。



下駄飛ばしで記録更新!



バザーは大にぎわい



写真コンテスト一位
題名「うっとり」

午後から行われた下駄飛ばしでは、松島康雄さんが27・95メートル飛ばして今までの安田記録を更新されました。写真コンテストの投票では、緑色のシュレーゲルアオガエルを撮影された寺曾スズカさんが、金賞となりました。校庭の一角では、野菜や切り花、ぶどう、手作りコンニャク、蜂みつ、綿菓子、ポン菓子、特製漬物石等の販売もあり会場が盛り上がりました。

また、事業所の事業内容や目新しい商品紹介に、「エーこんなことも出来るの」「安田のことについて知らないことあるネ」と身近なアナログ情報を聞いて喜んでおられました。

最後に、恒例の「福まき」では、会場に集まった全員が、両手を広げ「福」掴みに笑顔で参加しました。
(山田 徳明)

中四字自治振興会

中四字地区文化祭開催

10月27日(日)、コミュニティセンターが現在の場所に移転して初めての文化祭を開催しました。

前日から展示品などの準備を行ない、当日は朝早くから女性部の皆さんによりうどん・おむすび等のバザーの準備がされて、10時の開館と同時に大勢の方がお見えになり、昔の農機具のミニチュアや盆栽・手芸作品・絵・書・写真等地元の方の作品に見入っておられました。健康コーナーでは血圧の測定や保健師による健康指導が行われ、舞台ではコミュニティセンターで練習をされている方等による大正琴の演奏・カラオケ、法被を着ての吉舎音頭の踊りや子どもたちによるヒップホップダンス・健康体操の先生によるハワイアンダンスが披露されました。最後に全員がビンゴゲームに夢中になって幕を閉じました。

天候にも恵まれて大勢の皆さんで賑わいました。
(早川 安明)



敷地文化財めぐり

敷地自治振興会では10月6日(日)に、山口末男さん(小田幸町在住)を講師に招き、敷地文化財めぐりを行いました。

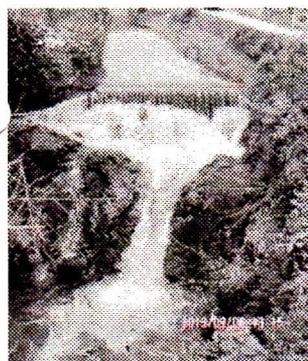
今回は敷地良神社と清滝堂です。地元のお宮でも良神社の祭神、由緒など知らない事が多くこの機会にいろいろと勉強する事ができました。

また、近くの清滝堂は最近になって備後国三谿郡三十三番札所の二十七番札所とわかり、地元の方も知らない人が多く、今回の参加者の方も初めて聞いて驚いておられました。



二十七番札所 清滝堂

苔むしろ 敷いてもたのため 滝の堂 花も姿も 朽ち果つる身を



この清滝堂の近くには滝もあり、その下流には80mに及ぶ渓谷が続きます。そして初夏には藤の花が一面に咲き誇り溪谷を紫色に彩ります。

今回の文化財めぐりで敷地の歴史の1ページを勉強してもらい、また敷地のよいところを体感していただいたと思います。

次回はどこにしましょうか!

(大上 清隆)

やまめ祭り in 品の滝

10月13日(日)午前9時から午後4時まで、雲通品の滝入り口において雲通清流会・雲通青年会が中心となって『やまめ祭り』が開催されました。

尾道や甲奴、三次などからの参加者があり、毎年来ている方もおられました。

また、広島空港で、「やまめ祭り」の観光案内を見てかけた横浜からのお客様もおられました。

朝は、寒いくらいの気温でしたが、天候にも恵まれ約500人の来場者があり、小さな子どもさんや、お孫さんを連れて来ている方たちも釣りを楽しんでおられました。

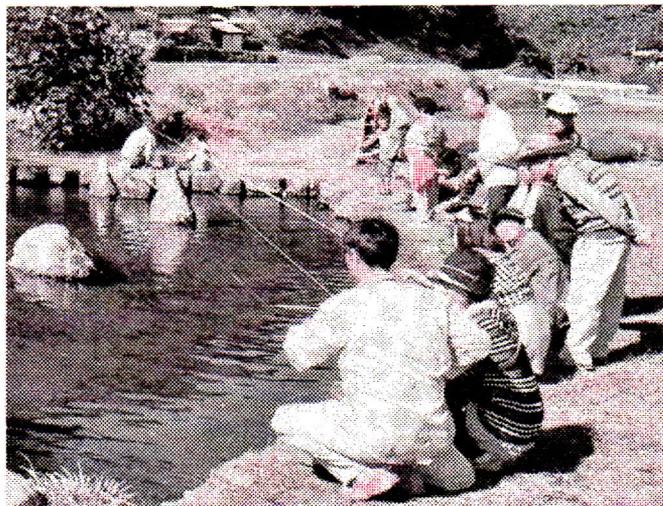
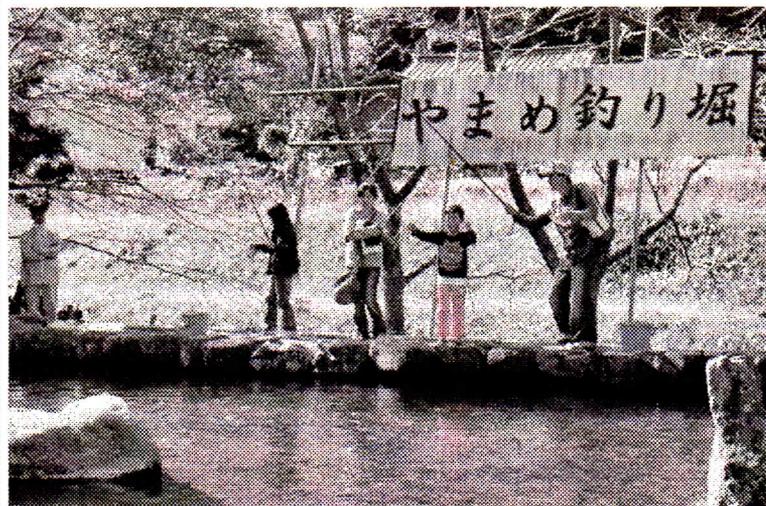
中には、釣りが好きなので自分の竿を持ってきて釣っている方もおられました。



釣れたよ!

(野上 清治)

売店では、マツタケごはん、やまめの塩焼き・からあげやちらしずし、地元で採れた野菜など色々な物があり大盛況でした。



徳市自治振興会

笑顔の絶えない

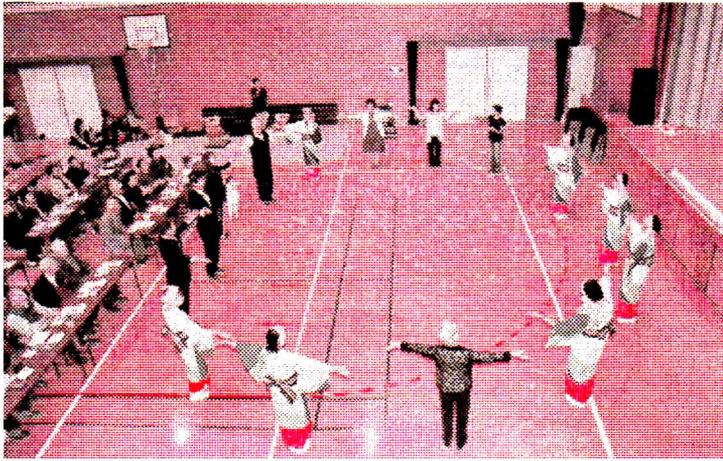
一日でした!

徳市敬老会・文化祭

10月20日(日)午前10時より敬老者30名をお迎えし開催しました。3名の方に米寿のお祝いの花束が贈呈されました。

文化祭では、子どもから敬老者の皆さんまで地域ぐるみで出演し、敬老会の場を盛り上げていただきました。

迫力ある吉舎中学校吹奏楽部・三次市消防音楽隊の演奏も好評でアンコールまで出ていました。

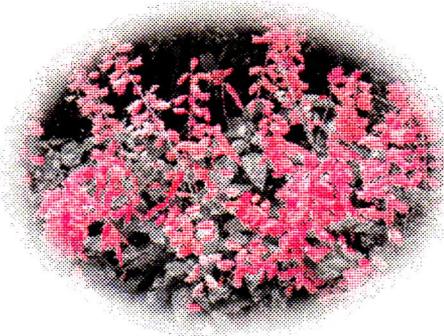


みんなで輪になり一緒に踊りました

飽きの来ない内容であり、皆さん笑顔いっぱい楽しんでました。雰囲気伝わり、喜びと感謝に満ちた一日となりました。

(中倉 政子)

まだまだ元気に咲いています
【サルビアの花】
吉舎徳市自治交流センター



青壮年部 ハンドベル



〔choo choo TRAIN〕



スコップ三味線



女性部「花笠音頭」

日彰館高校

中华民国 国立苗栗高級 中学と姉妹校に!

日彰館高校は、去る9月26日に 中华民国(台湾)の国立苗栗(みやお)高級中学と姉妹校協定を結びました。

台湾は戦前、日彰館同窓生の磯永吉博士が「蓬萊米」の研究をされた所です。これにより台湾の食糧事情を劇的に改善した磯博士は、現在も「蓬萊米の父」として国民の尊敬を集めており、国立台北大学に記念館が設置されています。

協定式に出席された日彰館高校の乙村拡校長は、苗栗高級中学との姉妹提携をお互いの教育力向上や、台湾との交流拡大、国際的視野を持つ人材の育成につなげたいと意気込みを語られました。



両校校長による調印式
王先念校長(左)と乙村拡校長(右)

吉舎中学校 一年生

新聞づくりにも挑戦!



今年度、吉舎中学校は「NIE実践指定校」になりました。NIEとは、学校などで新聞を教材にして勉強する学習のことです。今年度は、地域をテーマにした学習とNIEを一緒にした総合学習に、一年生が取り組みました。

農業、産業、イベント、自然、歴史、福祉の6つのグループにわかれて、自分達で取材をし新聞を作成しました。

取材の前には、中国新聞の三次支局の方に、見出しのつけ方、取材の仕方を学んで出かけました。取材を受けてくださった方々も、地域の事を知らうとする、熱心な中学生の取材を喜んでくださったようです。

また、新聞づくりという仲間との協働作業で、学んだこともたくさんあったようです。その時の感想を、一年生の升田圭亮君が中国新聞の「ワレオモウ」のコーナーで紹介しています。

この新聞は、吉舎生涯学習センターに11月10日頃から掲示します。一年生の頑張りの自信作を読みに来てください。



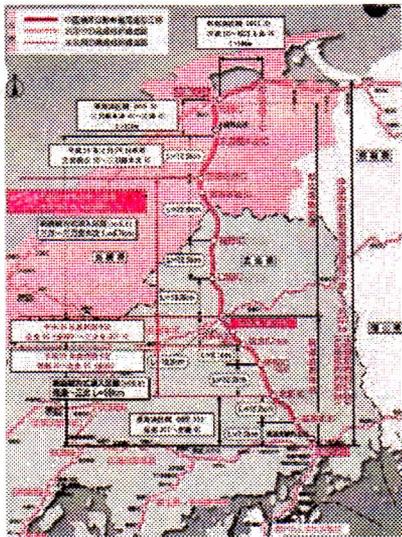
吉舎IC(仮称)方面

国道184号線

海田原の吉舎IC(仮称)工事現場です。

尾道松江自動車道の工事が急ピッチで進んでいます。平成26年度春の開通に合うよう、三良坂境の双三トンネルの敷地側から吉舎インターチェンジ出入り口になる海田原の国道184号線まで、工事車両がせわしなく動いています。また、平成26年度の開通に向けて、三玉から宇賀峠まで山を掘削する工事も着々と進行しています。国土交通省三次河川国道事務所によると、本体工事及び排水路・舗装・区画線・標識・電気設備工事等、必要な工事のほとんどが発注済みとのこと。11月からは、海田原の国道184号線(舎加里さん前)を片側交互通行にしてインターチェンジへの道を追加する工事が始まる予定です。皆様には大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いします。

吉舎IC開通まであと数か月！



矢井の工事現場です。手前が三玉側に、右が海田原の吉舎IC(仮称)に続きます。

これからの吉舎町を考える！～吉舎支所ビジョンの紹介～

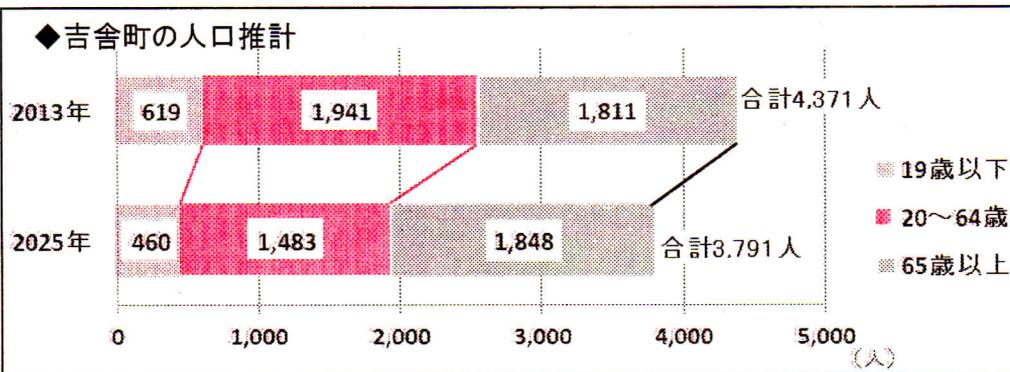
【人口減少と課題】

平成25年4月1日現在の人口は4,371人、高齢化率は41.1%となっています。平成37年の人口を推計すると3,791人となり、大きな人口減少が予測されます。特に、20歳～64歳の生産年齢人口と19歳以下の年少人口の減少が大きいことが推測されます。その時、吉舎町はどんな状況になるでしょう。農業をはじめ商工業や地域行事など、あらゆる場面での後継者不足や担い手の確保が課題になると考えられます。そして、集落機能の低下や崩壊、耕作放棄地や空き家の増加なども懸念されます。

【めざす姿】「人が輝き 自然がきらめき 生き活きとふれあうまち」の姿を求めていきます。

これは、町民みんなが元気で地域活動に関わりながら、安全で安心して暮らせることで、一人ひとりが輝いて暮らす姿を描いたものです。

⇒そのために 人と人、地域と地域、居住者と来町者が触れ合い、つながりを持つこと、自分たちの地域に自信と誇りを持つことが必要ではないかと考えます。



- ①人が動き交わる必然性の創造
 - ②安心・安全のまちづくり
 - ③自慢できる地域感の醸成
- を取組みの視点として、ソフト面の施策を中心に進めていよう考えています。

※2025年人口は、広島県人口推計ツールによる。三次市から吉舎町を推計した。

吉舎町高齢者・児童等支援連絡会議

「いいとこみ」つけた！「ほっこりスポット」
「まったり」が魅力の育児サークル「たんぽぽ」



「お、焼けた、焼けた〜！」
「いいにおい〜★」
「かあさん、だっこ〜！」「はいはい、よいしょ〜！」
今日は「お好み焼きパーティー」の日。
育児サークルたんぽぽの集まりです。
毎月1回、保健センターの和室で、若いお母さんと子どもさんが集まって過ごされています。
ここでは、ゆったり

り…、まったり…と、時間が流れています。
お母さん同士おしゃべりしたり、子ども同士で遊んだり。お母さん方で知恵を出しながら、いろいろな企画を工夫して運営されています。

♪集まってきて、「ここ」で「まったり」↓エネルギーをチャージ↓また家に帰って頑張る♪
というサイクルが魅力です♡

家で子育てされているあなた！
ぜひ、お越しください!!お待ちしております。

★育児サークルたんぽぽ★

毎月第3火曜日 10時〜12時 参加費200円

【これからの予定】
★12月10日 クリスマス会
★1月28日 なべパーティー他

構成団体 「こじか荘から」

「大いに笑って！」

地域での生活を応援します！
「こじか荘」は、サロン、地域行事へ参加させていただき、転倒骨折予防、認知症予防、閉じこもり予防について面白おかしく、「こじか荘おまかせ一座」として活動しています。

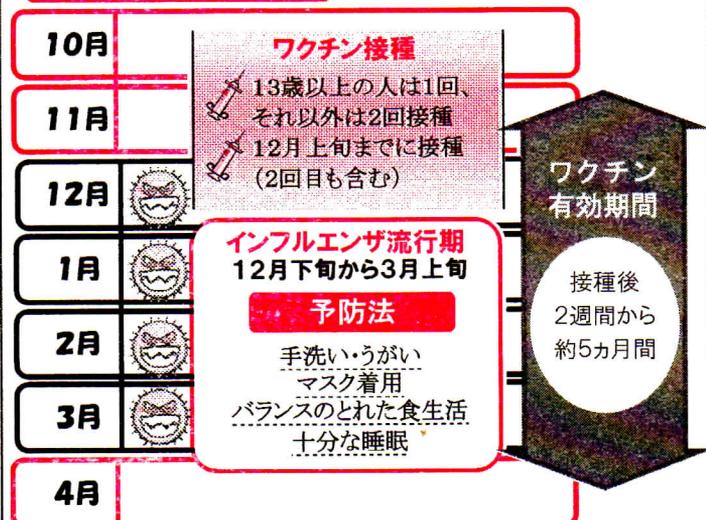
今回は、10周年を迎えられた吉舎自治振興会の「ふれあい巴まつり」に参加させていただき、「楽しみを見つけて元気できいき」とをテーマに寸劇などを行いました。会場のみなさんも手遊び、体操など、頭を傾げながら一緒にしてくださいました。

「楽しかった、来て良かった」また明日も頑張ろう!と思っていただけに、介護予防の啓発、介護相談などを行い、住み慣れた地域で安心して生活していただくために、これからもお手伝いさせていただきます。



インフルエンザの予防接種はお早めに!

接種時期と効果



※65歳以上の方は個人負担金1,000円です。(12月31日まで)

【インフルエンザの症状は高熱が特徴です】

いわゆる風邪とインフルエンザの症状は、咳、喉の痛み、発熱するなど変わりません。違うのは体温上昇の程度です。インフルエンザでは発熱するとすぐに38度を越えてしまいます。人の体温は目覚めた時より夕方の方が高くなりますが、朝から38度以上の発熱があった場合は要注意です。

インフルエンザの疑いがある場合は早めに医療機関に行きましょう。

税申告に向けて ~その1~

- ①農業所得のある方は、農業に関する収入と支出のわかる預貯金通帳・請求書・領収書(レシート)などを整理しておきましょう。
- ②医療費控除の申告の際は、領収書の提出が必要です。一年分の領収書は大切に保管してください。
- ③生命保険・共済等の払込証明は、年末調整や申告の際に必要となります。なくさないようにしましょう。



どうなった? どうなる? あの工事

～町内での事業・工事について、質問にお答えします～

Q&A

質問: 今年の防火水槽の新設予定はありますか?
答: 敷地地区に「耐震性40㎡ 1基」を11月～2月の工期で発注してあります。

質問: 片野川の改修工事は?
答: 11月～2月の工期で、約60mが県から発注されました。

吉舎町の伝説

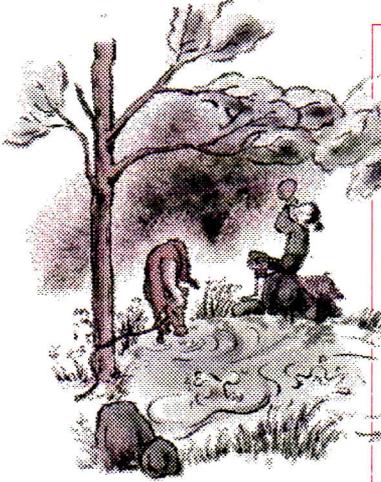


平成15年に発行された「吉舎町の伝説」
その魅力を紐解いていきます。

敷地の時打池 時刻ごとに味が変わる池の水

敷地に時打というところがありま
す。ここにある時打池という池の名前
が地名になったものです。
江戸時代の出雲街道のすぐそばに
ある池ですが、なぜその名がついたか
というと、この池の湧水は二時間ごと
に味が変わる清水が湧きでる泉だっ
たからです。
時打池から湧き出る水は大変おい
しい銘水であったので、ここを通る旅
人や村人、荷物を運ぶ馬なども、この
水を飲むのを楽しみにしていました。
昔、飛脚をしていた老人が病気に
倒れ、「この世の名残にもう一度時打
ちの水を飲んでみたい」と言うので、
親孝行息子が時打ち池の水を汲んで
帰り飲ませたところ、重い病が治った
ということでした。

※これは、あらすじです。



近所にお住いの前田さんにお話を
聞かせていただきました。
その池は、「一之渡集落から一日
市集落を結ぶ山の中の里道の中ほ
どにあるそうです。

干ばつ時にも不思議と水が枯れ
ることがなかった時打池。昭和40
年代までは、飲料水に困った時、
一之渡・一日市・梅ノ木の集落の
人たちは、この池に水を汲みに
行っていたそうです。

時打池は二重構造になってお
り、池の堤があり、中ほどにい
わがあり、その井戸に水が湧き出
ていたそうです。

上水道の普及により、誰も時打
池に行かなくなってしまう、同じ
る道も現在はジャンゲルのように
なり、どんな様子になっているか
はわからないと話されました。
どんな味がするのか、どんな効
能があるのか一度味わってみたい
ものです。

諦めきれない支所の職員3人で
探検隊を急遽結成し、強行突入し
ました。

ヘルメット・長靴着用、ナタ携
帯で、めざせー時打池！

道なき道をナタで切り開
き……

「うわあ！あった！」

私たちは池の形も残っておら
ず、水も枯れているだろうと予想
していたので、目の前に現れた池
に驚きました。

池は、長年手入れされていないた
め、落ち葉や倒木でかなり埋まっ
ていましたが、水は枯れずに溜
まっていました。

しばし眺めていると、風も無いの
に、水面一か所が数十秒ゆらゆら
とゆれ、またおさまりました。

水は湧き続けているのです。

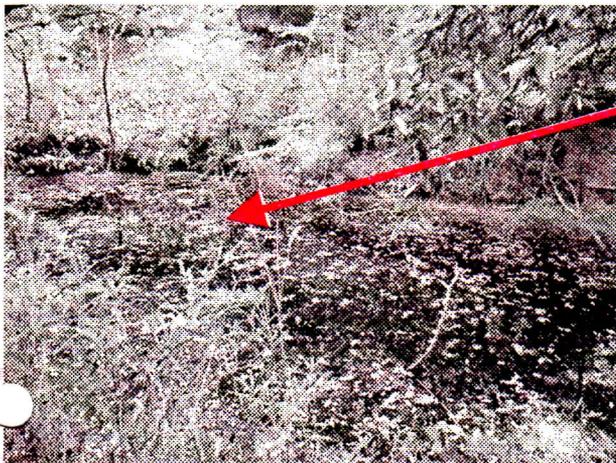
時間は16時。

時打の水は健在でした。飲んで
みることはできませんでしたが、
みんなの記憶の中から消えてしま
いそうになった今でも、山の中で
ひっそりと、時を刻みながら生き
ていました。

吉舎支所敷地地域サポーター

(貞岡・福永・吉野)

この辺りの水面が揺れ、
水が湧いているようでした。



吉舎ふるさとプラザ
Xa104 情報

きさ楽生塾 手芸部作品展

会期:11月6日~12月1日
時間:10時~17時 ※休館:火曜日

育児サークル たんぽぽ

とき 11月19日(火) 10時30分~12時
内容 サークル交流会

親子体験、ゲーム、ふれあい遊び など
会場 三良坂地域子育て支援センターみつばち
お問合せ:三良坂地域子育て支援センター
みつばち ☎44-2136

子育てほっとサロン

とき 11月21日(木) 10時~12時
内容 「実りの秋」会費 1家族200円
会場 吉舎保健センター

吉舎地域母子保健推進員

お問合せ:三次市吉舎支所 ☎43-3111

なかよし広場

子育て支援センターの出前広場を開催
します。のびのびと遊びましょう!

とき:12月3日(火)
10時30分~11時30分

会場:吉舎保健センター
内容:「木の実を使って
クリスマス飾り作り」
お問合せ:三良坂子育て支援センター
「みつばち」☎44-2136

こんにちは 吉舎図書館です

◆ 11月の新着図書案内 (9月21日～10月20日受入分)

【一般書】
 ダンボール織り機でおしゃれこもの 蔭山 はるみ/著〈手芸〉
 五感を育てるおむつなし育児 三砂 ちづる/著〈子育て〉
 ザルとカゴを編む 稲垣 尚友/著〈工芸〉
 やっこ繋ぎの折り紙小物・飾り物 ハーレー静代/著〈工芸〉
 ようこそ、わが家へ 池井戸 潤/著〈小説〉
 アーサーの言の葉食堂 アーサー・ピナード/著〈随筆〉 など11冊

【児童書】
 地獄大図鑑 鷹巣 龍人/編・著〈しゅうきょう〉
 江戸時代の暮らし方 小沢 詠美子/著〈れきし〉
 ローラのすてきな耳 エルフィ・ネイセ/作〈ふくし〉
 ドラえもん科学ワールドspecialはじめてのふしぎ〈かがく〉
 女の子の本当にこわいまちがいさがし ルナ☆バード/編〈クイズ〉
 黒魔女さんが通る!! part16 石崎 洋司/作〈よみもの〉
 あんちゃん 高部 晴市/作〈えほん〉 など35冊

貸出中の場合は予約もできます。どうぞご利用ください。

◆ 移動図書館車“ころぶっくる号”運行予定

11月12日	11時30分	～	12時30分	吉舎保健センター
	13時	～	14時	安田小学校
11月26日	13時	～	13時30分	吉舎中学校
	14時	～	14時30分	徳市自治交流センター
	16時	～	17時	吉舎保育所
11月28日	12時15分	～	12時45分	カイハラ産業
	13時	～	13時45分	八幡小学校
	14時	～	14時30分	吉舎保健センター
	15時	～	16時	吉舎小学校
12月10日	11時30分	～	12時30分	吉舎保健センター
	13時	～	14時	安田小学校

11月から、一部コースと時間を変更します。お気をつけください。
 地域の皆さんにもご利用いただけます。貸出カードがあれば、簡単に貸出できます。まだ貸出カードをお持ちでない方は、訪問日に登録させていただきます。印鑑・免許証など、本人確認ができるものを持っておいください。ころぶっくる号のご利用は、すべて無料です。

吉舎町児童生徒意見発表大会

～子どもたちの声を聞く～

日時：11月17日(日)

9時30分～

会場：吉舎生涯学習センター

内容：町内の小・中学校、日影館高校の児童生徒7人が意見を発表します。

「人間が、人間と言われるとき」
 「自分なりの恩返し」「大切な人」など

多くのご来場をお待ちしています。

【お問合せ】青少年育成吉舎町民会議
 事務局 東 ☎43-3112

LED防犯灯設置補助事業の申請受付終了について

申請が予算額に達したため、LED防犯灯設置補助事業の受付を終了しました。

新規申請は受付けていませんので、ご了承ください。

★おはなし広場★

とき：12月7日(土) 10時30分から

テーマ：「あわてんぼうのクリスマス」

◆ 今月のひとこと

何歳の時のじぶんが好きですか。上手に歳を取ることができるとおもいますか。

世界という言葉で、まずおもいえがく風景はどんな風景ですか。

いまあなたがいる場所で、耳を澄ますと、何が聴こえますか。

沈黙はどんな音がしますか。じっと目をつぶる。すると、何が見えてきますか。

「最初の質問」

長田弘/詩 いせひでこ/絵 より



テントでおはなし会

吉舎学校給食(共同調理場) 100万食プロジェクトメニュー

10月18日(金)の給食は、「みよしふるさとランチ」の日でした。

※いつもはシヨクイクの19日ですが、土曜日だったので一日早い18日でした。

今回は、ひろしま給食100万食プロジェクトとして、ひろしまトンチキレモンを主菜にしました。副菜は、みよしふるさとランチのテーマ食材でもある「さつまいも」を使った、きりこちゃん汁を出しました。

この日の三次市内の学校給食は全てこのメニューでした。



【メニュー】

- ごはん
- ひろしまチキチキレモン
- きりこちゃん汁 (この日は鶏のみ)
- フルーツ：みかん (吉舎やまのいもすりおろしを使用)



「まるごと健康コーナー」がいく

～ ふれあい巴まつり & 中四字文化祭 編 ～



10月に行われた自治振興会のお祭りに出かけてきました。

お祭りの一角で、「呼気中の一酸化炭素濃度」の測定を実施。

(吐く息の中に一酸化炭素がどのくらい含まれているかを測定)

「ちょっといかがですか？」と声をかけられ、よくわからないままに測定をしたという方や、「うちのお父さん測定して！」と、一緒に来られていた家族の方から強く勧められ、苦い顔をしながら(?)測定された方も…。

たばこを吸っていると、その量に比例して吐く息の中に含まれる一酸化炭素濃度も高くなります。それだけ体の中に一酸化炭素を取り込んでいるということ。



【一酸化炭素の影響】

一酸化炭素は、ニコチンとともに動脈硬化の原因となり、心筋梗塞や脳梗塞を引き起こします。一酸化炭素は酸素の200倍以上血液に溶け込みやすく、酸素の運搬を妨害し、持久力(スタミナ)や作業効率を低下させます。



筒をしっかりとくわえ、20秒間息を吐きます。どんな数値がでるでしょうか？測定を希望される方は、事前に吉舎支所までご連絡ください。

大気汚染上限値は10ppm。あなたの息はそれより上？下？

「以前は吸っていましたが、現在は止めています」という方は、Oppmでした。

(禁煙をされると数値はだんだん良くなります。)

ちなみに、10月20日吉舎ふれあい巴祭り会場でのNo.1は32ppmでした！

※参考※

【喫煙本数との比較】

ノンスモーカー	0~7 ppm
ライトスモーカー	8~14 ppm
ミドルスモーカー	15~24 ppm
ヘビースモーカー	25~34 ppm
超ヘビースモーカー	35 ppm以上

偶然ですが、大体喫煙本数と同じ値になります。

犬・猫の引取り

※飼い犬・飼い猫の引取りは、事前に
広島県動物愛護センターに連絡を。

☎(0848)8616511

11月19日(火)・12月3日(火)

場所・時間

○三次市役所

○三次市三良坂支所

10時30分
11時40分

引き取り手数料

○成犬・成猫(生後91日以上)

1頭(匹)につき 2000円

○仔犬・仔猫(生後91日未満)

1頭(匹)につき 400円

三次市総合窓口センター環境政策課

☎6216136

し尿くみ取り

2トン車

「くみ取り日」 12月2日(月)

4トン車

「くみ取り日」毎週月曜日・火曜日

申込先 (祝日をのぞく)

毎週金曜日午後3時まで

三次市吉舎支所

☎4313111

トレーニングマシンの利用

毎日8時30分から22時まで

利用できます。

場所 吉舎保健センター

◎マシン巡回指導日・金曜日

9時30分から11時30分まで

10時30分～16時が利用できない日

11月28日(木)

12時～16時が利用できない日

11月11日～12月12日の

毎週月・木曜日

◎閉館時は、市役所吉舎支所の宿直

室でカギを受取りご利用ください。

三次市社会福祉協議会吉舎支所

☎4313301

きさ まるごと日程表

2013年11月15日～12月15日

11月15日(金) 7:30～	きさ楽生塾 修学旅行	下蒲刈方面
11月17日(日) 8:00～	一斉清掃(吉舎地区)	
11月17日(日) 9:00～	帝釈峡ウォーキング(中四字地区)	集合:中四字コミュニティセンター
11月17日(日) 10:00～	バードウォッチング(徳市地区)	吉舎徳市自治交流センター
11月17日(日) 13:00～	しめ飾り作り講習会(吉舎地区)	吉舎生涯学習センター
11月20日(水) 10:00～	消防訓練	吉舎徳市自治交流センター
11月20日(水) 13:00～	防災講演会	吉舎徳市自治交流センター
11月22日(金) 10:00～	きさ楽生塾 講演会(三次警察署)及び修了式 講演「交通安全教室と犯罪被害にあわないために」	吉舎生涯学習センター
11月22日(金) 19:00～	議会報告会	吉舎生涯学習センター
11月24日(日) 9:00～	楽しく歩こう会(敷地地区)…大楽寺まで	集合:敷地片野カ組集会所
11月29日(金) 13:30～	干支の折り紙講習会	吉舎生涯学習センター
11月30日(土)	吉舎給食サービス(吉舎地区)	
12月1日(日)	敷地高齢者配食サービス(敷地地区)	敷地コミュニティセンター
12月1日(日)	安田高齢者給食サービス(安田地区)	
12月7日(土) 9:00～	コミュニティセンター周辺環境美化活動	八幡コミュニティセンター
12月8日(日) 9:35～	しめなわ作り講習会	八幡小学校
12月8日(日) 10:00～	徳市ふれあいセンター祭り	徳市ふれあいセンター