



謹賀新年

元旦

撮影者/鯉が窪美写者会 太村 保男

NPO 通信

新年あけまして
おめでとうございます

昨年は、イギリスのEU離脱、アメリカのトランプ旋風、韓国大統領の弾劾、身近では石垣前新見市長の急逝、それに伴う新市長誕生などと政治的・経済的に大きな変革が起こり始めた年でありました。新年は、このような時代変化の流れをしつかりと受けとめながら、みんなで新しい時代を作り上げていく年にしなければなりません。

新見市のまちづくりも、誰かに任せておけば何とかなる時代はすでに過去のものとなっており、市民・行政・団体・法人・学校などあらゆる人々が協働して挑戦することが必須となっています。

このような考え方は、NPOきらめき広場の基本理念とも合致するものです。

本年も引き続き、この地に住んでいる市民一人ひとりの支え合いによる地域力の再構築をめざして、「きらりら」発行・福祉有償運送・図書館運営・子育て広場・訪問介護や高齢者生活支援・地域包括ケア推進・地域安全活動など市民団体との協働活動を含め幅広く活動を続けてまいります。

また、NPOの活動基金が枯渇する時がやってくるかもしれませんが、皆様の協賛やご寄付等により財政基盤の確立・存続を図っていきたく考えます。

絶大なご支援とご協力をお願いいたします。

岡山大学文学部 哲西町フィールドワーク 報告会&意見交換会

見たい・知りたい・伝えたい!

みんなの広場

Kirarira News



12月18日、きらめき広場・哲西第1
研修室で岡山大学文学部社会学・文化
人類学研究室が哲西町フィールドワーク
報告会&意見交換会を開催しました。

この日、学生が個々のテーマを持って
まとめた内容を発表した後、はたらく
場、人びとのつながり、「農」にみる哲
西、受け継ぐことの4つのテーマのグル
ープに分かれ意見交換が行われました。
どのグループとも熱心に取り組み、活発
な意見が飛び交いました。

この活動を通して、調査を受けた地
域住民は哲西の良さと問題点を再確認
でき良い刺激になったようです。そし
て、関わった学生の皆さんが哲西の地を
また訪れ、地域活性に貢献していただ
けることを願っています。

今回の「調査」と「報告会&意見交
換会」ふまえて、報告書が作成されま
す。(予定は2月ごろ)

調査対象

- 1.手づくりハーブ菓子工房
ローズマリーママ
- 2.株式会社 米見
- 3.きらめき広場・哲西
- 4.鯉が窪湿原
- 5.こめ工房
- 6.哲西町診療所
- 7.手作り特産市場
- 8.哲西町はやし田植え保存会
- 9.哲西郷趣膳 水上
- 10.土井上集落
- 11.哲西認定こども園
- 12.野馳小学校
- 13.千子農村リゾート
- 14.哲西未来会
- 15.ペンション ノア
- 16.矢田特産市場
- 17.矢田谷集落



哲西中 三八会同窓会 開催



11月11日より二泊二日、帝釈
峡錦彩館で哲西中三八同窓会
が行われました。遠方からの参
加者もあり、始終、笑顔に包ま
れた和やかな空気の中で会は進
みました。

2日目は神龍湖の遊覧船め
ぐりも行われるなどして旧交
を温め、再会の約束をして帰路
につきました。

新見市 社会福祉協議会 友愛給食 サービス (年3回)

12月13日、新見市哲西町
ボランティア協議会(会長
小田 清)は友愛訪問事業の
給食サービスを行いました。

この日、作られたお弁当は
75歳以上の独居高齢者と80
歳以上の高齢者のみの世帯へ
配られました。

地元の食材を使い、栄養バ
ランスを考えて作られたお弁
当には、哲西認定こども園き
りん組とぼんだ組の園児が
描いた付け紙が添えられる
こともありました。美味しい
お弁当はもちろんですが、届
ける方と交わす会話も心を
和らげると喜ばれています。
ボランティアの方の温かい
気持ちは、しっかりと届いてい
ます。

*この訪問は同一行政区に家族
が住んでいる場合は該当しま
せん。



今回のメニュー

- そぼろごはん
- 若鶏のアングレース
- かぼちゃのいとこ煮
- ごぼうとれんこんのサラダ
- プチケーキ



ボランティア募集

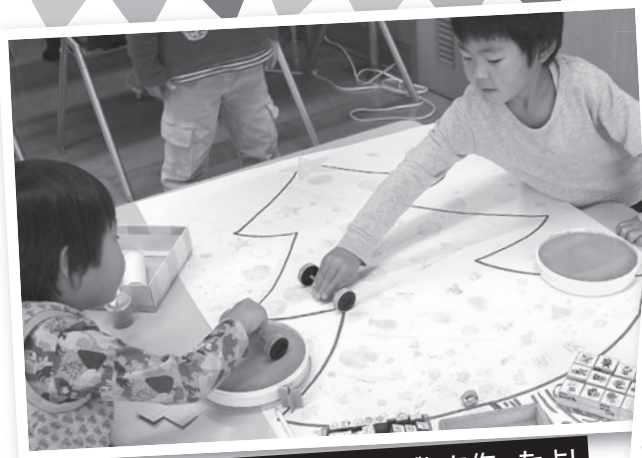
友愛給食サービスのお弁当を作ってください方、
配ってくださる方を募集しています。
助け合いの心で一緒に手伝ってください。

問合せ先 哲西ボランティア協議会事務局(社協)
会長 小田 清 TEL94-3333



さわやかミニデイ

12月14日、さわやか広場で
さわやかミニデイ(運営委員
長 嘉壽 節紀)が開催され
ました。
午前は健康チェックの後、O
SK運動指導士による運動
指導が行われました。ミニデ
イの1年間を振り返り家庭
で出来るストレッチの指導を
受け、運動の継続とライフ
ワークで身体を動かすことの
大切さを再確認しました。
午後はクリスマス会が行わ
れ和やかな雰囲気の中、有意
義な時間を過ごしました。



11/19 ●クリスマスかざりを作ったよ!



哲西子育て広場

担当
荒木

市の委託を受けNPOきらめき広場が運営

毎週月、水、金曜日 10:00~15:00

月1回土曜日 10:00~12:00



子育てをしておられる方、どなた
でも参加できますのでお子様とご一
緒に遊びにおいでください。みんな
で楽しみながら子育てをしましょう。
子育て中の方なら、
どなたでも参加できます



12/12 ●正月かざりをつくったよ!

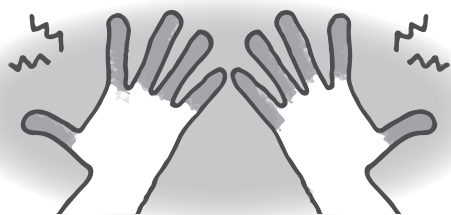
1月の
予定

- 16日(月) 10:30~ 子ども映画会「がんばれ!ルルロロ」
- 21日(土) 10:00~12:00 アロマ教室「ハンドクリーム作り」要申込
- 23日(月) 10:00~ ちょこっとクラブ「ポンポン・タッセル飾り」



しもやけ

寒い時期になると、毎年になってしまうという人もいる「しもやけ」。しっかり対策をして、予防・改善していきましょう。



◎しもやけとは?◎

寒い環境で生じやすい肌のトラブル。別名、凍瘡(とうそう)とも呼ばれ、おもに手や足、耳たぶや鼻、頬に赤い発疹や腫れが生じ、かゆみや痛みを伴うのが特徴です。

寒くなると血管は動脈、静脈ともに収縮しますが、動脈は温められるとすみやかに元に戻りやすいのに対し、静脈は戻りにくいという性質があります。この時間差によって血液の循環が滞り、体の末梢部分にある手足や耳に栄養が届かなくなって、うっ血や炎症といったしもやけの症状が起こると考えられます。

しもやけは、できてしまうと非常に辛い肌のトラブルです。水疱やびらん(ただれ)が生じることもあり、早いうちから対処しないといけません。乾燥からくる炎症など、他の肌のトラブルと勘違いすることもあるため注意が必要です。



◎日常生活での対策◎

では、普段の生活でどのような対策をすればよいでしょう?

最近はどこでも暖房がきいているため、冬でも薄着の人が増えていますが、防寒はしもやけ対策に欠かせません。外出時は手や足、耳など、露出する部位はできるだけ衣類や防寒グッズで覆うようにしましょう。きつめの靴は血行を悪くするので、デザインよりも機能重視がおすすめです。

また、運動した後など、汗や雪等で靴下や手袋を湿ったままにするのは危険です。肌に残った水分はそっとふき取り、濡れた衣類はなるべく早くとりかえるようにしましょう。

お風呂でできるしもやけ対策には、冷・温水に交互に手足をひたす方法があります。これは、しもやけのできやすい手や足を1,2分ごとに40℃位のお湯と水にひたすもので、お風呂場でなくても、洗面器があればできる方法です。終わったら忘れずに、手足の水分はふきとりましょう。

食事の際には、血行を改善する効果のあるビタミンEを多く含む食べ物をとるよう心がけて下さい。ビタミンEは落花生や大豆、アーモンドなどの豆製品や、たらこ、マヨネーズやサラダ油などの植物油に多く含まれています。同時に緑黄色野菜に多く含まれるβカロテンや、ビタミンCを摂取すると、ビタミンEの吸収率も高まります。

日々の予防を行っていても、しもやけが出来てしまうことはあります。

しもやけが出来てしまったら、なるべく早い段階で症状を改善し、患部の悪化を食い止めるようにしましょう。

冬の寒さそのものをやわらげることはできませんが、日々の対策で、辛い肌トラブルを予防・改善しましょう。

1月の担当医表 (岡山光生病院から)

3日(火)	休診	
10日(火)	池田(外科)	外傷外科・胸部外科
17日(火)	藤原(内科)	消化器(内視鏡)
24日(火)	土持(外科)	腹部外科・血管外科
31日(火)	多田(皮膚科)	アレルギー性皮膚疾患 皮膚細菌性感染症

*理学療法士によるリハビリは毎週火曜日です。
*受診希望の方は、あらかじめご連絡ください。

12/21

クリスマス会

野地わくわく児童クラブ

歌、劇、ゲームなど盛りだくさんの
楽しい内容で行われました。

- 歌「ジングルベル」「あわてんぼうのサンタクロース」
- 劇「一休さん」 ●けん玉披露 ●楽しい会食
- 哲西語りの会(仮称)も参加



哲西荘の展示

哲西荘のみなさんが、掲示してくださりました。いつもありがとうございます。



新見市立哲西図書館
TEL94-2110 FAX94-2100

休館日のお知らせ
年中無休です
[年末年始、蔵書点検日を除く]



哲西図書館利用者のための乳幼児一時預かり

毎月第1・第3月曜日10:00~12:00
きらめき広場・哲西プレイルーム

今月の展示本

◎児童コーナー 酉年「とり」

2017年の干支は酉、酉はニワトリの事を指しています。いろいろな鳥が主役の絵本を展示しています。



◎展示コーナー 「2017年 大河」

「おんな城主 直虎」に関する資料を集めてみました。井伊家ゆかりの地の静岡県浜松市、婚約者が追われた地の長野県の地図や、戦国時代の武将や城の本も展示しています。



子ども映画会

日時 1月16日(月)
10:30~
場所 きらめき広場・哲西
プレイルーム
内容 DVD

「がんばれ！ルルロ」



年始のお知らせ

1月4日(水)9:00から
平常どおり開館いたします。





●ご寄付ありがとうございました(敬称略)

■香典返し

- 橋本 明(亡母恒子) 大野部 老人クラブやよい会へ金一封 下野部集会所へ金一封

■一般寄付

- 老人クラブ協和会からしめ飾り 矢神小学校・矢神駐在所 協和会地区集会所と老人家庭 哲西支局・哲西認定こども園 NPOきらめき広場



●哲西荘へご寄付ありがとうございました(敬称略)

■一般寄付

- 老人クラブ協和会 しめ飾り
- 郵便局長会新見第二部会 タオル100本
- 山根 稔 哲多町老栄 大根・白菜・柚子
- 下内良一 ピーマン 哲多町成松
- 石井 齊 柚子 八鳥
- 福田一義 大根・かぶ・小松菜 矢田
- 田口石油興業(株) 山陽新聞
- 松陽産業(株) 備北民報
- 妹尾観光バス・妹尾タクシー 備北民報
- いくま石油 山陽新聞



11月26日 郵便局長会新見第二部会の皆様が 清掃ボランティアに来てくださいました。(哲西荘)

展示に伴うひな人形借用のお願い
第7回 哲西きらめき ひな祭り



平成29年2月25日(土)～3月5日(日)開催予定
開催場所 きらめき広場・哲西 文化ホール

地域の皆様、展示するひな人形をお貸しください。

特に三次人形をお持ちの方は、ぜひお願い致します。

貸していただける方がおられましたら、1月23日(月)までにご連絡ください。

連絡先 哲西支局地域振興課
TEL94-2111



主催●きらめきひな祭り実行委員会 共催●哲西公民館

問合せ先

NPOきらめき広場 事務局 〒719-3701岡山県新見市哲西町矢田3604
TEL(0867)94-2143 or 090-8994-7068 FAX(0867)94-2100
HP:http://www.npo-kirameki.jp/ E-mail:post@npo-kirameki.jp

平成28年12月25日

祝

誕生

哲西町から
新見市初の女性市長 誕生！

池田 一二三

いけだ ひふみ

市長



池田一二三市長の略歴

昭和28年9月28日生まれ

昭和48年 看護師として倉敷市立
児島市民病院勤務

平成 3年 哲西社会福祉協議会勤務

平成 7年 退職

平成11年 哲西町議会議員当選2期

平成17年 新見市議会議員当選3期

文教福祉常任委員長

副議長

議会改革推進会議会長

議長

議会運営委員長

歴任

市民の皆様と一緒に
げんきなまちの実現を目指します

新市長へ届け市民の声

頑張ってください

住んで良かったと言える市にしてください

一緒に頑張ります

女性が活躍できるまちにしてください

子どもを育てやすい政策を

地元就職したーい

大手ゲーム会社の誘致

新見市を世界へ

安心安全なまちに

挑戦あるのみ!

新見市民の気持ちを一つに

女性でも出来る!
女性だから出来る!

市の職員も個々の実力が発揮できる部署へ

高齢者の交通の便を確保

音楽活動への理解を

新しい中央図書館のことが知りたい

免許返納したら不安

地域のリーダー育成

災害の備え十分に

空き家の再生

行きたい時に行きたい所へ行ける仕組みを

スポーツ振興も大切

元気なまちづくりを皆でしょう!

遊ぶ場所がほしい

大きな商業施設があったらいいな

市民の声が届くように

バスの本数を増やして!

終活の仕方が知りたい

一人暮らしは不安

日本一住みたいまち新見市にしたい!

これからも応援します

当選おめでとうございます

障がい者の働く場所がほしい

女性も安心できるまちづくり

美味しい食事ができる所が増えたらいいな

自慢できる故郷へ

