

# ひよし

## ♪♪♪♪♪ 巣立ちの季節 ♪♪♪♪♪



### 卒業おめでとう！

三月七日（火）、日吉保健センターで「18春巣立ちの青春サポート教室」を開催。この春、高校を卒業し日吉を巣立つ九名が一人暮らしに備えて「保健・料理」について学びました。



### 保健教室

保健介護課坂川保健師から「できる大人の健康管理」について講話がありました。今後一人暮らしをしていく上で注意しなければならぬ健康管理、安全管理や将来設計等について細かくわかりやすく講義をしていただきました。

料理教室では、森下栄養士に「食事について」の話の後に、簡単に作れるメニューの調理実習を行いました。献立は、「レンジdeクリームグラタン・野菜サラダ・オニオンドレッシング・春キャベツのふわふわスパニッシュオムレツ・レンジde十分ブラウニー」を作りました。

# 巣立ちの教室 写真集&感想



## 保健教室【感想】

- ・ 自炊をする機会も増えると思うけど、自分が好きな物だけを食べるのではなく、栄養バランスを考えた食事を心がけたいです。また、私は塩辛いものが好きなので、塩分をとりすぎないようにしたいです。
- ・ 一人暮らしで大切なこと、社会にどう対応していくかがわかったらいいかなあと思います。
- ・ 朝食はほとんどの日食べるのがめんどくさいので食べてません。でも朝食はとても大切だと説明していただいたので、なるべく食べるようにしたいなと思いました。

## 料理教室【感想】

- ・ たくさんの料理を自分で作るのは大変だけれども、効率よく作業できるようになりたいです。
- ・ みんなで仲良く料理が作れて良かったです。
- ・ 将来のために役立てたいです。
- ・ 火を使わない簡単な料理がこんなにおいしいことを知った。もらった「やさしお」を使って自分も料理をしたい。
- ・ 食の意識について学ぶことができたことはもちろん、久しぶりのメンバーで楽しく話しながら作ったことが印象に残った。また会えるのは2年後になると思うが、次は全員で交流できたらと思う。

## 将来の夢

美容師・公務員・グランドスタッフ・接客業・柔道整復師・語学を使った職に就きたい・愛媛で働きたい

## ~~~~ 日吉いきいき講座 ~~~~

### 食とからだを 考える健康教室

一月三十一日（火）、保健介護課 森下栄養士に講師を依頼し、教室を開催しました。「旬の食材を使った体温まる献立たんぱく質をしっかりと摂ろう」というテーマで講話と調理実習を行いました。

調理実習の前に、フレイル（加齢や病気によって心身の活力が低下した状態のこと）予防についてのアンケートをお話を聞く前に実施し、その後調理実習、最後に再度アンケートを行い終了しました。



### 女性学級 視察研修

二月二十八日（火）、女性学級で高知県内で開催されている『四万十街道ひなまつり』の視察研修を行いました。女性学級の受講生の中には、明星ヶ丘いきいき会の会員やハンドメイド教室の受講生が多く、日吉地区の四万十街道ひなまつりに携わっている方が多かったため、今回この研修内容としました。

同じひな飾りでも、飾り方等に工夫をされており、とても参考になりました。早速持ち帰って今年度のひなまつりに生かしたいと思えます。



### ハンドメイド教室

二月から三月にかけて計四回、下鍵山の上田容子さんに講師を依頼し、ハンドメイド教室を開催しました。

今年度も、『四万十街道ひなまつり』に作品を展示できるようにひな飾りを作成しました。

作成したものは、「リースのかわり雛」と「ちりめんの巾着」です。

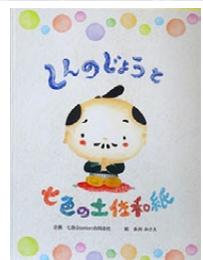


## いの町で新之丞427年祭

高知県のいの町で「七色紙の里・新之丞427年祭」が3月5日（日）に開催され、鬼北町からは、日向谷分館の那須分館長と犬飼副分館長、松浦教育長、宮本公民館長、地域おこし協力隊で泉貸紙保存会所属の栗野隊員が出席しました。

はじめに、成山仏ヶ峠（新之丞が家友に斬殺されたとされる場所）にある石碑で神事がありました。その後、場所を七色の里に移動し、「土佐和紙と新之丞」と題して高知みらい科学館の高橋信裕さんの講演会の後、懇親会が行われ、いの町の方々と新之丞さんの話をしながら親睦を深めていました。

また、子供たちにも新之丞や土佐和紙のことを知り親しんでもらえるよう『しんのじょうと七色の土佐和紙』という絵本のお披露目もありました。公民館図書室でも借りることができます。



## 日吉わんぱくスクール☆ひな飾りを作ろう！☆

2月18日(土)、第5回日吉わんぱくスクールを開催しました。

今回は、風船で型を作っておだいりさまとおひなさまを作りました。折り紙や色画用紙等をちぎって貼りつけていきました。

出来上がった作品は、四万十街道ひなまつりで飾りつけをします。



## 今までありがとう

令和5年3月末で小松保育所と統合され閉所となるみどり保育所で、閉所の記念に記念樹の植樹が行なわれました。

この日は、保護者会の奉仕作業も予定されており、保護者の方やご家族の方が来園され、奉仕作業の後、植樹を行いました。



はやくおおきな～れ  
パワーちゅうにゅう

## 四万十街道ひなまつり開催中！

開催期間：3月18日(土)～4月9日(日)



期間中のイベント

3月26日(日)

■第6回愛ある鬼嫁コンテスト

12:00～15:20

■しいたけまつり 10:00～

明星草庵の豪華な「座敷雛」や日吉夢産地の「野菜雛」、石雛等色々なお雛様が楽しめます。



# 新着図書のご案内

日吉公民館図書室に  
新しい本が加まりました。



定期的に図書を購入しています。  
読んでみたい本がありましたら、  
公民館に声をかけてください。



## 公園づくりのお手伝いに!

3月7日(火)、日吉中学校1・2年生が郷土学の授業で富母里に公園づくりのお手伝いに行きました。



11月にもお手伝いに行かれているようで、生徒たちは手慣れた様子!この日は、「あじさい」の苗木を植えました。

数年後にはたくさんの花が咲き、過疎化の進むこの地域に多くの観光客が訪れ、花の名所となるよう願っています。



# 診療日のお知らせ

日吉診療所の診療日を定期的にお知らせします。  
受診の際の参考にしてください。

4月診療予定表	月		火		水		木		金	
	3		4		5		6		7	
午前	診察		午前	診察	午前	診察	休診		午前	診察
午後	診察		午後	休診	午後	休診	休診		午後	診察
10		11		12		13		14		
午前	診察		休診		午前	診察	休診		午前	診察
午後	診察		休診		午後	休診	休診		午後	診察
17		18		19		20		21		
午前	診察		午前	診察	午前	診察	休診		午前	診察
午後	診察		午後	休診	午後	休診	休診		午後	診察
24		25		26		27		28		
午前	診察		午前	診察	午前	診察	休診		午前	診察
午後	診察		午後	休診	午後	休診	休診		午後	診察

★診療時間 午前 8:30 ~ 12:00 午後 13:30 ~ 17:00

(受付: 午前 11:30 ・ 午後 16:30 まで)

日吉診療所 医師 丹下 敬忠 TEL 0895-44-2250

★医師の都合により、急遽休診になる場合もありますので、あらかじめ、お電話でお問い合わせ下さい。

## 日吉地区の地域振興基金にご寄付をお願いします。

### 基金の趣旨

日吉地区住民の生活文化の振興、社会福祉の増進及び青少年の健全育成を図るための事業資金に充てるために創設したものです。

### 基金活用事業

- 1 日吉公民館主催事業
- 2 日吉地区青少年の健全育成事業
- 3 日吉地区区長会が主催する事業
- 4 日吉地区住民の福祉に関する事業



令和四年度も新型コロナウイルス感染症の影響で、中止となった行事等もありましたが、地域の皆様のご協力により無事に一年を終えることができました。  
令和五年度は今年度中止となった行事が実施できるよう願っております。引き続き、皆様のご協力よろしくお願ひします。

⑧

## 編集後記

### 日吉の人口

2月末人口

1,087人

(△8人)

増減は前回比

男 500人

女 587人

605世帯