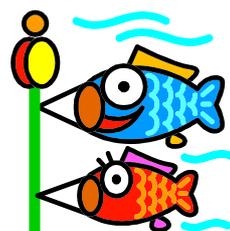


いずみ



〔平成21年4・5月号〕



今回の表紙

『新緑の田園風景（興野々）』

「桜が咲いた!」「花びらが散った!」と思っていたら、あっという間に新緑の季節になりました。周辺では、色とりどりの花が咲き、たけのこがすくすくと生長し、山では青々とした樹木が目立ち、田んぼでは苗を植える光景が広がり、日に日に季節が移り変わっていくことが実感できます。あの暑い暑~い夏はもうすぐそこまでやってきていることでしょう。(わたしは暑いのが苦手です)

さて、今回は新年度に入ったこともありこれからの計画等を記事にしました。

公民館重任の挨拶

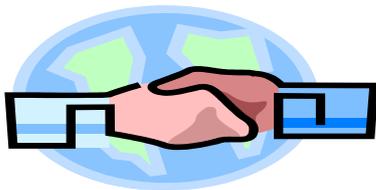
泉公民館長 芝 光恭

任期2年の館長を引き受け、泉地区を少しでも良くしたいと思い、多方面に顔を出し、研修をしました。町村合併もあり、9年が過ぎました。社会の流れの大きな力には、どうする事もできませんでした。予想もつかない事が次々に起こってきます。何としても、自治活動を通して地域を守らねばなりません。視点を改めて見る事も大切です。それは、世界は共存共栄の精神が大切です。今迄の考えは自分中心でした。企業は自社が他社を追い越し利益を上げ、繁栄するかをねらった。国家も、自国の繁栄のために競争し、軍隊を持ち、多額の軍事費を使っている。同じ人間なのに兵士は死んでもあたりまえの考えさえある。

自然は、愚かな人間達に新型インフルエンザの流行という形で共存共栄を教えてくれている。アメリカ、メキシコに発生した新型インフルエンザを自国に入れないよう多額の費用を使って努力したが国内でも発生した。自分達だけ助かるうとしても、それはできない。

農家の主婦で30年前に帰幽した人が「人には親切にきなさい。それは人から人へ伝わり、やがて何十倍になって自分達に返ってくる。」と話された。実践してみたが、何も返ってこなかったように思う。しかし、年老いた今になって、その恩恵を受けている。何十倍何百倍になって私を助けてくれている。老化して人生に自信がなくなった自分に親切にされることは、とても嬉しい。心の中で手を合わせ感謝しています。でもその心を表現する勇気がないのか、だまっている。

もっと対話を多くし、今後は、自助・地域共助・地球全体の公助の考えを広めていきたいものである。皆様よろしくお願ひ致します。



平成21年度

泉公民館関係団体役員委員決定

新年度に入り、各種団体等の新しい役員・委員さんが決まりました。

これから1年間どうぞよろしくお願ひいたします。

泉公民館運営審議会

渡邊 眞次（鬼北町議会議員）
木村 幹子（泉小学校長）
蒲生 弘之（泉自治会長）
松浦 宗弘（老人クラブ泉支部長）
新倉 美紀（上川向日葵の会）
二宮 恵一（泉青年学級代表）
は委員長

泉自治会

役員

会 長 蒲生 弘之（小倉）
副会長 二宮 国和（出目）
監 事 井上 市郎（興野々）
監 事 渡邊 俊一（上川）

連絡協議会委員

二宮 国和（出目一区長）
二宮 正人（出目二区長）
青芝 雅行（興野々区長）
近江 忠延（岩谷区長）
井上 建司（上川区長）
竹場 一（小西野々区長）
蒲生 弘之（小倉区長）
芝 照雄（鬼北町議会議員）
渡邊 眞次（鬼北町議会議員）
芝 光恭（泉公民館長）
高田 賢三（泉公民館主事）

老人クラブ泉支部

支 部 長 松浦 宗弘（出目）
副支部長 渡邊 澄夫（岩谷）
事 務 局 赤松 啄未（興野々）
女性部長 渡邊 益美（岩谷）
体育部長 谷口 敏雄（小倉）
理 事 益田 光夫（出目）
理 事 岡本 正徳（上川）
監 事 井芝 千章（上川）
監 事 竹場 久（小西野々）

平成21年度

泉公民館及び関係団体事業計画

(1) 主催、協力事業

泉自治会

- 泉地区部落対抗球技大会(6/7)
- 第1回環境美化デー(6/14)
- 広見川等統一河川清掃日(7/5)
- 納涼盆踊り大会(8/14)
- 泉地区敬老行事(9/14)
- 泉大運動会(9/20)
- 第2回環境美化デー(10/25)
- 遺跡まつり(11/29)
- 花いっぱい運動(2/28)



(2) 主催、支援事業

たかのす学級

- 開講式(5/9)
- 太鼓教室(5/9)
- カヌー教室(6/13)
- 野外キャンプ(7/24~25)
- 釣り大会(8/29)
- 料理教室(11/7)
- しめ飾りづくり教室(12/25)
- 切り絵教室(1/16)
- 思い出アルバムづくり(3/6)
- 閉講式(3/6)
- ふれあい体験学級
- 軽スポーツ教室(5/23)
- 釣り大会(8/29)
- 交流クロッケー大会(10/24)
- クリスマス会(12/19)
- しめ飾りづくり教室(12/25)
- 奉仕活動(2/20)
- ふれあい農園事業
- 塩水選(5月)
- 播種、箱苗づくり(5月)
- トンネルづくり(5月)

田植え(6月)

稲刈り(10月)

脱穀(11月)

収穫行事(2月)

高齢者学級

薬草園事業(5、7、9月)

健康料理教室(12月)

生涯学習講座

牛鬼面づくり教室(6~9月)

男の料理教室(10月)

切り絵教室(1~2月)



(3) 後援、関係団体関連事業

老人クラブ泉支部

- クロッケー泉公民館長杯(5/20)
- クロッケー泉郵便局長杯(6/5)
- クロッケー夏季大会(7/17)
- クロッケー城戸杯(8/7)
- クロッケー泉公民館長杯(9/25)
- クロッケー秋季大会(11/13)
- 健康料理教室(12月)
- 老人クラブと児童の交流(12月)
- 泉青年学級
- 野外研修(7/24~25)
- 納涼盆踊り大会(8/14)
- 関係事項
- 公民館運営審議会(5、12、3月)
- 公民館報発行(2ヶ月に1回)



お知らせコーナー

寄付御礼

泉自治会へ
渡邊 治 様(岩谷)
カラオケまつ乃 様(小倉)
小倉部落へ
増田 正孝 様(小倉)
岩谷老寿会へ
渡邊 治 様(岩谷)

ひよこ保健師のプチ講座

適度のお酒は百薬の長と言われますが、飲みすぎは百厄を招いてしまいます。

アルコールの30%は胃から、残りは小腸から吸収され、ほとんどが肝臓に運ばれ、分解されます。日本酒1合を肝臓で分解するには3~4時間くらいかかります。大量飲酒をするだけで肝臓に負担をかけているのです。適量を守り、週に2回以上休肝日をもうけることが健康維持の秘訣です。またお酒をたくさん飲むとアルコールのエネルギーは、食べたものより優先的に使われるので余ったエネルギーは、肝臓を始めお腹にたまります。すると脂肪肝になって肝機能が低下し、肝硬変や肝がんへと結びついたり、メタボリックシンドローム(通称メタボ)になります。ご飯1杯が約235kcalです。普段飲んでいる量とカロリーを計算してみましょう。お酒で取りすぎた分は消費しないと確実に肥満につながります。時間を決めてゆっくりしたペースで楽しく飲み、質のいい睡眠をとるために寝る2時間前までには切り上げましょう。

適量の目安 これらのいずれか1つ分

ビール 中びん1本 200kcal
ワイン グラス2杯弱 249kcal
ウイスキー 60ミリℓ 140kcal
日本酒 1合 200kcal
焼酎 100ミリℓ 140kcal



【連絡先】芝保健師(泉地区担当)
鬼北町役場保健福祉課保健係
45-1111内線614

今後の予定

<平成21年6月>

- 2日 老人クラブ理事会
- 3日 鬼北町老連クロッケー大会
- 5日 泉郵便局長杯クロッケー
- 7日 泉地区部落対抗球技大会
- 12日 球技大会反省会
- 13日 たかのす学級カヌー教室
- 14日 泉地区統一環境美化デー
- 15日 泉自治会文化部会
- 18日 ふれあい農園事業田植え
- 22日 泉自治会連絡協議会
- 29日 納涼盆踊り大会実行委員会



<平成21年7月>

- 3日 老人クラブ理事会
- 5日 広見川等統一河川清掃日
- 6日 泉自治会婦人部会
- 13日 泉青年学級打合せ会
- 17日 クロッケー夏季大会
泉自治会体育部会
- 20日 海の日
- 24日 たかのす学級野外キャンプ
(~25日)
- 27日 納涼盆踊り大会実行委員会



発行者

泉公民館
鬼北町大字岩谷275番地
TEL・FAX(0895)47-0353