

ひよ

日吉公民館報 第54号



巣立ちの日 高校卒業おめでとう！

三月九日、日吉住民センターで「18春巣立ちの料理&保健教室」を開催しました。この春、高校を卒業し日吉を巣立つ十二人が一人暮らしに備えて学びました。

植村助産師、保健福祉課保健係から健康、安全管理、将来設計について話がありました。その後、「コンビニ弁当とならないように、簡単にできてアレンジできる料理に挑戦しました。伊勢本シェフのアドバイスにみなさん感心しながら「これからの一人暮らしに活用していけそう。」と話していました。

巣立っていくみなさん健康管理に気をつけて、自分の夢に向かってがんばってください。



植村さん、保健師による講話



料理教室でアドバイスするシェフ

アルバム ～18春巣立ちの保健教室～



～18春巣立ちの料理教室～ 今日の料理は 星★★です！



玉ねぎの切り方についてアドバイス



カメラ目線 あぶないよ！



結構うまく包丁を使っています。



上手にフライパンを使っています。



オムライスうまく作れました。



だれが卵をうまくわれるか勝負中



今日学んだことを活かして、一人暮らしがんばってください。



みんなで試食 女の子にはちょっと多かったかな

みなさんの感想

- ・久しぶりにみんなと会えて、楽しい料理などすることができて、再び仲を深めることができた。
- ・みんなそれぞれ別の道を進むけど、くじけずがんばりたい。

日吉いきいき講座
ほほえみ教室

ヨガ教室

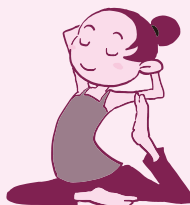


一月から毎週火曜日、ヨガ教室を行っています。

受講者は十六名で、久保田先生指導のもと数十種類のポーズを一時間行っています。

ヨガ教室に参加して

ずっとやってみてみたかったが遠くでしか習うことができずあきらめていました。日吉でできると聞いて迷わず応募しました。



習い始めて一カ月が過ぎましたが先生に正しいポーズを教えてくださいいただき、より筋肉が伸びることができるようになりました。呼吸も楽にでき無理のないストレッチができて、普段意識しても動かすことのできない体の奥の部分まで自分の呼吸に合わせて動かしているみたいでとても気持ち良く感じました。参加して良かったです。

四月から行う予定です。興味がある方は公民館へご連絡ください。

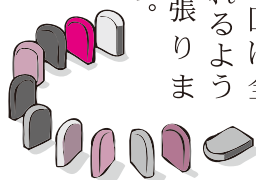
ドミノに挑戦！日吉わんぱくスクール



一月十九日、第四回わんぱくスクー
ルを実施しました。この日は、児童二十
四名・保護者十五名が住民センター三
階ホールで二万個のドミノ倒しに挑戦
です。四時間ドミノを並べていくと集中力もなくなり、と
ころどころで「あ〜」と思わずため息が、そして最後は何回
も何回も同じところを直すなど、完成予定時間を四十分
オーバーしてしまいましたが無事設置完了。いよいよみん
なの合図でスタート。



はじめのカーブでうまく倒れると「お〜」という歓声が！しかし、数十秒後「あ〜あ〜」という声に変わりました。そうです、止まってしまいました。目標達成とはなりませんでしたが、最後はみんな笑顔で記念撮影。次回は全部倒れるように頑張ります。



大亀財団スポーツ賞



二月十三日、愛媛県内のスポーツ振興に貢献した団体・個人に贈られる大亀財団スポーツ賞の表彰式が松山市ダイキ本社で行われ、日吉中学校（ソフトテニス部）が、菜の花賞を受賞しました。



この賞は、「生徒数が三年後三十人、五年後二十人を切る見込みと厳しい環境のなか、懸命に鍛え、成果を上げてきた日吉ソフトテニス部選手、指導者、地域の皆さんの真摯な努力と、さらなる挑戦へ」に贈られました。

お別れ遠足



六年生は小学校最後の遠足でした。

二月六日、日吉小学校が「ウォークラリー遠足」を行いました。この日は、朝から冷えこみました。五十九人全員が参加しました。今年学んだ「郷土学」と関係がある施設や史跡をまわりながら、日吉のよさを再発見させることを目的に、きょうだいグループにわかれて約八キロを歩きました。

地域とともに「日吉小中学校一貫教育」

日吉小学校「郷土学」の「取組

今年から始まった「郷土学」では、日吉を中心に鬼北町の食・産業・特産品・史跡・文化財・歴史・人物などを学んでいます。

野菜やゆづくりの名人、穀彩村の村長、夢産地にずらりと並んだ特産品、森林組合や農林公社の職員、日吉の歴史に詳しい人、教育委員会の職員など、その道のプロに教えてもらう体験は子ども心に深く刻み込まれていきます。地域の「先生」によって、郷土を愛し、誇りに思う子どもが育っています。



子どもたちが大好きな郷土学、教員も一緒に「地域」を学んでいます。



日吉小学校

小中一貫教育を振り返って

小中一貫教育による大きな変化は、

①新領域「郷土学」の創設
②中学校教員の小学校授業への乗り入れ指導

③小中の合同行事や活動です。全国で日吉小中学校のみが行っている「郷土学」は、これまでも行っていた「一人一研究」、地域の方を外部講師にお招きして郷土の歴史や文化、産業などについて学ぶ「座学」、中学生が地域のために活動する「参画・貢献型活動」からなる、「地域とつながり、地域を学ぶ」学習です。

一年目を振り返って感じていることは、つながりということです。これまで以上に小中のつながりの大切さ、そして何よりも、地域の方々のつながりを強く感じた一年でした。つながりなくして、小中一貫教育は成り立ちません。これからも人とのつながり、地域とのつながりを感じ、支えていただいていることに感謝しながら、子どもたちの成長に関わっていきたいと思います。

日吉中学校



「座学」
武左衛門について学習



「参画・貢献型活動」
勝山荘にて地域の方と活動



「地域とつながり」
プラン作りのための取材

保健師の行く道

【健康診断を
受けましょう】



今年も5月から健康診断が始まります。2月にお送りしていた受診希望調査は提出されましたか？

健康診断＝健康であることを確かめるもの

「ワシは元気やけん、健診受けんで！」
という声を聞きますが、そんな人こそ、受診して健康を確かめましょう。

高血圧、高脂血症、糖尿病…生活習慣病といわれているものは、**いずれもほとんど症状のないまま病気が進行します**。定期的に受診することで健康状態を確認し、病気を未然に防ぐこともできます。

役場の健診受けなきや損！

国民健康保険加入者、後期高齢者医療保険加入者、生活保護受給者は**無料で受診**できます。

鬼北町では、健康診断のなかに以下の項目が含まれています。

- ☆ 問診・身体測定・腹囲
- ☆ 血圧測定
- ☆ 尿検査(蛋白・糖・潜血)
- ☆ 診察
- ☆ 心電図
- ☆ 眼底検査
- ☆ 血液検査

腎機能	貧血	糖	肝機能	脂質
eGFR クレアチニン	赤血球(RBC) ヘモグロビン(Hb) ヘマトクリット(Ht) 尿酸(UA)	HbA1c	γ-GTP	中性脂肪 HDLコレステロール LDLコレステロール

県内の他市町と比べても健診項目が多く、内容が充実しています。今からでもぜひお申込を！

今年からの変更点

昨年までは、腹部エコーを健康診断とは別の日に実施していましたが、今年から保健センターでの健康診断と合わせて実施することになりました。保健センターで健康診断を受ける腹部エコー希望の方は1日で済むようになるので便利ですね。

社会保険被扶養者に朗報です

現在、鬼北町では社会保険の被扶養者も受診券を持つてきていただく受診することができ、ます。(社会保険の本人は、職場で健康診断を受けてください。なお、がん検診は社会保険の人でも受診することができます。) 社会保険の被扶養者は検診受診希望調査の健康診断の欄に「※※」が入っています。そのた

め、受けたいけど申込をしていないという方は、今からでも申し込みができますので気軽にお声かけください。

みんなで声をかけあって、年に一度は健康診断を受診しましょう。



「日吉夢基金」

日吉地区の地域振興資金にご寄付をお願いします。

基金を活用し実施する事業は、日吉公民館主催事業・青少年健全育成事業・日吉地区区長会長会主催事業・日吉地区住民の福祉に関する事業です。

◎問合せ先 日吉地区区長会
(日吉公民館)

恋街物語

柿本 弘樹さん(日吉地区)

○自由ブール

日吉中学校に勤務しております。旧日吉村出身です。何も取り得はありませんが、スポーツをすることや観戦することに興味をもってあります。自分が中学時代「将来は日吉村長になる!」とお調子に乗って豪語してありました。そんな感じですが…

○理想のタイプ

やさしく思いやりのある人です。(自分が逆の人間なので…)それから愛嬌のある人、それから、それから…



宮成 知江さん(日吉地区)

○職場から見た彼女

まるで、社長秘書のように上品な電話対応と、帳面で丁寧なお仕事ぶりにいつも感心しています。花とび踊りや一希を起す会にも参加し、地域愛のあふれるすてきな女子です。早くステキな彼氏が現れるといいなあ…♡

○理想のタイプ

自分にとって、尊敬できるところを持っていい人。トークが面白くて、友達感覚で付き合える人。



新着図書案内

今回購入した本を紹介いたします。



<p>昭和の犬 直木賞受賞作</p>	<p>穴 芥川賞受賞作</p>	<p>恋歌 直木賞受賞作</p>
<p>「うしろ肩を回すだけで誰でもやせられる!」 夏木マリム 土屋アンナ</p>	<p>今治タオル体操</p>	<p>昭和の犬 直木賞受賞作</p>

- 中国・四国の山 □ボールペンで描くかわいいイラストBOOK □山道具 選び方、使い方 □風の谷のナウシカ □かぐや姫の物語
□子どもはなぜ勉強をしなくちゃいけないの? □冒険!発見!大迷路 魔法の学校 □冒険!発見!大迷路 恐竜王国の秘密

日吉剣道スポーツ少年団

団員募集!

小中学生の健全育成と体力向上を目的に日吉中学校体育館で練習に励んでいます。

・練習日 土曜日・日曜日(四月十二日から)

・時間 午前八時三十分~十時三十分

・場所 日吉中学校体育館

本年度から日吉中学校剣道部と稽古を行います。

新学期を機会に剣道を始めませんか。加入をお待ちしています。

ご希望の方は指導者、竹本芳泰さん・川添秀和さんまでご連絡ください。

日吉の人口

2月末人口
1,469人

男 705人
女 764人



編集後記

自分にとってびっくりするぐらい、一年があつという間に過ぎてしまいました。公民館報を作るのは苦手ですが、みなさんに読んでいただけるように頑張っています。

発行者 日吉公民館 発行日 平成26年3月24日 住所 鬼北町大字下鍵山四六三 電話 0895-44-2211 fax 0895-44-2870