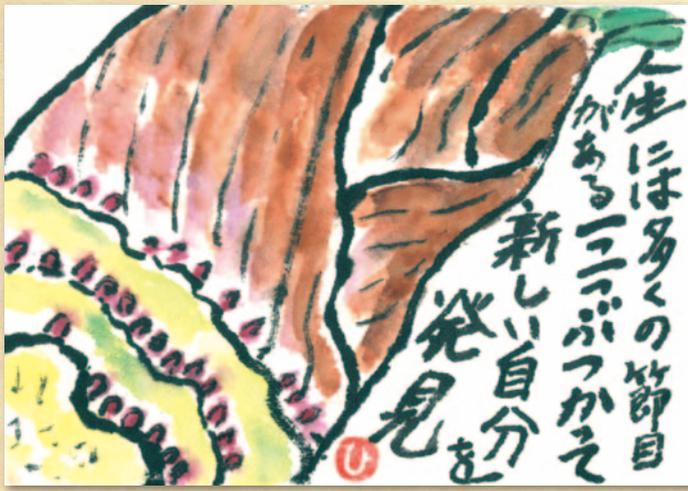




Tessei ● vol.82  
April ● 2012

# きらめき広場

KIRARIRA



● 絵手紙愛好家の作品

## NPO 通信

地域の桜花を大切に

昔から日本人に愛されてきたサクラを愛でるお花見の季節になりました。

哲西地域では、平成8年宝くじ協会の助成で平成の丘に植樹以来、クリン&グリーン作戦実行委員会などが中心となり、毎年、各地に植樹を進め、哲西中学校の桜や上神代の桜並木などの桜名所と相まって、今では各地でサクラを楽しむようになって来ました。

またJR矢神駅には、中国地方でも数本という珍しい種類の御衣黄桜（新見市指定文化財）があり有名な名所となっています。

サクラを愛でに人が集い賑わう場所が創り出されてきたことは、ゆとりと潤いのある生活を手にする絶好の生活環境づくりでありますが、一方で、良い花をいつまでも保ち続けるためには、桜に適した生育環境の維持や樹勢の衰えを回復させる措置など、不断の取り組みが必要とされています。

各地で地域づくりの環として桜の手入れ活動に取り組むことが必要ではないでしょうか。

矢神駅の御衣黄桜の樹勢の衰えは特に激しく、早急な手当が必要と樹木医から診断されており「御衣黄をまもる運動」を進めたいと思います。

ご賛同くださる皆さんのご連絡をお待ちします。

(NPOきらめき広場 ☎ 94-2143)



見たい・知りたい・伝えたい!

みんなの広場

Kirairira News



活動を支えるスタッフ

ミニデイサービス  
老人クラブむつみ会  
(会長 富部 省二)



みんなで  
コロコロ~



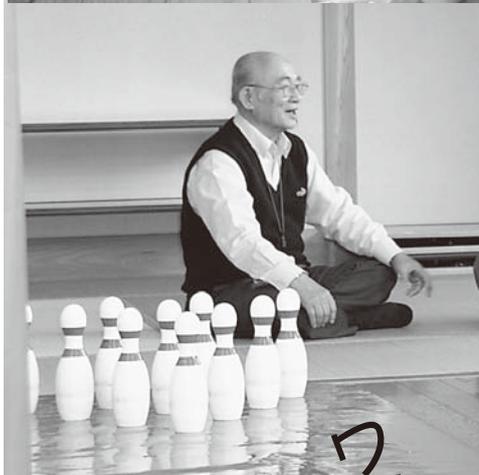


男女共同参画  
矢神婦人会(会長 池田敏子)

料理教室 & ニュースポーツ



2月26日、矢神婦人会はきらめき広場・哲西で男女共同参画の行事を催しました。  
この日は、料理教室を行った後、ニュースポーツで体を動かすなど有意義な時間を過ごしました。



3月11日、老人クラブむつみ会は今年度最後のミニデイサービスを開催しました。  
この日は、看護師による健康チェックの後、楽しいゲームなどで有意義な時間を過ごしました。  
この会を地域で支えるため毎回、スタッフが当番制で手伝いに出向きます。一緒に参加することで、会員の方々も元気に張り切って楽しんで居られました。



お雛様作り



3月10日、きらめき広場・哲西創作活動室で宮木さんの指導による、お雛様作りが行われました。  
参加者は、自分の作りたい作品のキットを選び器用に仕上げ、楽しい時間を過ごしました。



道の駅鯉が窪  
米粉ピザ体験  
オープン!



体験日 (要予約) 毎週日曜日  
12:00~14:00

体験価格 1枚1,000円(約2人前)

- 2日前までにご予約下さい。
  - 20枚以上ご予約の場合は、日曜以外でも対応いたします。
- 木曜定休日  
TEL0867-94-9017





## 哲西子ども 短歌教室



平成23年度 児童短歌集が出来上がりました。

短歌は「ちょっと難しい」「できると嬉しい」「すごく楽しい」など、こども達の感想も掲載しており、素晴らしい感性の作品がギュッと詰まった1冊です。図書館資料として登録してあります。ぜひ、ご覧ください。

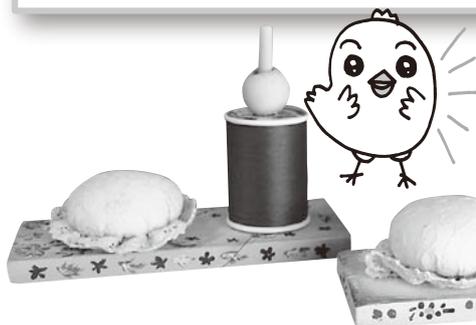
## 哲西子育て広場

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

3/14 ●糸立て付きピンクッションを作ったよ!



4月の  
予定

- 16日(月)①10:30~②14:00~ お話会(誕生会)
- 21日(土) 10:00~ フラワーアレンジメント(申込必要)  
● 参加費…1セット100円 ● 申込締切り…4月13日(金)
- 25日(水) 10:00~ ちょこっとクラフト(申込必要)  
● 内容…ステンシル 参加費…無料 ● 申込締切り…4月20日(金)

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**

行事に参加しなくても自由に遊べます

以前から、心臓病や糖尿病と歯周病の関係は指摘されてきましたが、このように肝炎も歯周病と関連していることを知り勉強になりました。「健康は健口から!」というほど、多くの生活習慣病が歯周病と密接に関わっています。皆さんお口の健康に関心をもち、しっかりケアを行いましょう! \*日本経済新聞2月23日引用

「脂肪肝の人は肝炎に進行させないように、口腔内を清潔に保つことが大切だ。」とはなされています。

先日、ある患者さんが新聞の切抜きを持ってこれ、「この記事をみんなに紹介したらどう?」と言ってくれました。今月号の原稿のネタ探しに苦慮していた迷える子羊は、この「神の救いの手」にありがたすぎがらつき、今回紹介させて頂くことにいたしました。

『飲酒しない人も発症する非アルコール性脂肪肝患者(NASH)が歯周病菌を有する割合は健康な人に比べ高く、歯周病治療により機能が大幅に改善することを横浜市立大・大阪大の研究チームが発表しました。NASHは進行すると肝硬変や肝臓がんを引き起こし、発症メカニズムは解明されていないが、肥満との関連性が指摘されています。NASH患者102人の歯周病菌保有率は52%で健康な人の3.9倍と高く、肥満状態のマウスに歯周病菌を投与すると、3ヶ月後に肝臓が平均約1.5倍に肥大し、肝炎が悪化するなどした』とのこと、また「歯周病のNASH患者10人に歯石除去などの歯周病治療をした結果、3ヶ月後には平均して肝機能の数値がほぼ正常になった」と報告されました。チーム長の中島淳教授は、「脂肪肝の人は肝炎に進行させないように、口腔内を清潔に保つことが大切だ。」とはなされています。



内藤医師のお話  
脂肪肝と歯周病

# 内科

## 内科研修医田崎先生より

去る、平成24年2月5日から2月17日の間、広島大学病院から初期研修医の田崎麻美先生が来られました。お礼の手紙が届きましたので掲載します。

御無沙汰しております。広島大学病院初期研修医2年の田崎です。2月5日から17日まで研修させていただき、有難うございました。研修中は慣れないことも多く、皆様には多大なご迷惑をおかけいたしました。いつも優しく、嫌がることなく接していただき、感謝しております。

佐藤先生、鈴木先生、丁寧で熱い指導をしていただきありがとうございます。診療所で実践型の診療をさせていただきます。診療所で実践型の診療をさせていただいたことで、自分の責任でもって判断を下す難しさや自分の未熟さが良くわかり、今後もっと勉強しているんなことを経験していかなくては！というモチベーションにつながりました。また、診療所でも大病院に劣らない医療を提供する、全ての人が都会と同じレベルの医療を受ける権利があるというお考えをお聴きして、今まで私自身、田舎ならば大病院のように診れなくても仕方ないというように考えていたのですが、本当にその

通りだなと思い、また、それを実践されていらつしやるのが素晴らしいことだと感じました。そして、診療終了後のカルテカンファレンスでは毎日遅くまで私のためにカルテについての説明や、私の至らなかつた点、良かった点などについて指摘して下さい、このカンファレンスのおかげでカルテ記載から紹介状作成、問診のパターン作り、検査についてなど多くのことを学ぶことができました。地域包括医療についても佐藤先生からの資料や講義を聴いて、医療・介護・福祉の連携の大切さや、そのためにはそれぞれの職種の人が一つの方向性をもって、互いのことを考え協力し、また平等な関係となるのが大切であり、更には地域住民にもそれらを理解してもらい、協力してもらおう、地域を巻き込むことが大切なのだと感じました。本当に有難うございました。

看護師の皆様、本当に診察も遅く、指示や検査の手際も悪くご迷惑をおかけして申し訳ありませんでした。でも、私が診ると遅くなるのがわかっていても、いつも嫌な顔もせず、快く指示も受けて下さり、とても嬉しかったです。ありがとうございます。高瀬看護師さんからの講義では看護師の視点からヘルパーやデイサービスなどのスタッフとの連携の大切

さを教えていただき、本当にその通りだなと思いました。看護師やスタッフは何でも話せる、話しやすい医師になつてほしいという言葉はとても強く残りました。その言葉を忘れずに精進していきたいと思えます。

河村さん、村瀬さん、いつもカルテの準備・片付けや診察の合間にコーヒーとお菓子を出して下さいたり、私のミスを見つけて下さったりありがとうございました。お二人のおかげで診療所内がスムーズに機能しているんだなと感じました。

また、平岡ケアマネージャーさん、深井元町長、哲西町支局の皆様、哲西荘スタッフの皆様も講義をしていただき、今までは行政側や介護側の視点などを気にしたことありませんでしたが、それらの視点からの医療や地域包括医療について知ることができました。本当に感謝しております。申し訳ありませんが、よろしくお伝えいただければと思います。

哲西町診療所での2週間は非常に忙しく、またハードではありましたが、非常に有意義で充実した2週間であり、地域医療の概念が変わりました。できれば研修医1年目と2年目のそれぞれの時期に1ヶ月などもっと長い期間で研修を行いたかったです。今年の4月からは静岡赤十字病院神

経内科に勤務となりますが、哲西町診療所で学んだことを忘れずに患者さんの全身を診てその家族までも診れるよう励んでいきたいと思えます。本当に有難うございました。少しずつ暖かくなつてはきましたが、気温の変動も激しい時期ですのでお体にご自愛ください。

経内科に勤務となりますが、哲西町診療所で学んだことを忘れずに患者さんの全身を診てその家族までも診れるよう励んでいきたいと思えます。本当に有難うございました。少しずつ暖かくなつてはきましたが、気温の変動も激しい時期ですのでお体にご自愛ください。

### 4月の担当医表

(岡山光生病院から)

3日(火)	土持(外科)	腹部外科・血管外科
10日(火)	藤原(内科)	消化器(内視鏡)
17日(火)	土持(外科)	腹部外科・血管外科
24日(火)	高畑(内科)	呼吸器・循環器

\*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。



とびっく診療所

矢神  
小学校

ありがとう！6年生  
〜6年生を送る会〜

3月15日（木）、6年生を送る会を行いました。

この一年間、毎日の登下校や委員会活動のお世話など、矢神小学校の良きリーダーとしてがんばってきた6年生。その6年生に感謝の気持ちを伝える会となりました。ふれあいゲームや6年生にちなんだ〇×ゲーム、

各学年の出し物やプレゼントなど、学年の個性があふれ、心温まるものとなりました。

また、6年生からは、「チャレンジ」「責任感」「思いやり」の3つの旗が5年生にバトンパスされ、新たな風を吹き込んでくれました。

全校児童の心が通い合う素晴らしい会となりました。卒業していく6年生にとっても、思い出深い会となったようです。



野馳  
小学校

卒業を祝って

3月2日（金）、野馳婦人会の皆さんが、6年生に、「卒業を祝う会」を開いてくださいました。

まずは、皆さんに教わりながら巻き寿司を巻きました。巻いているうちにだんだん上手になり、宮崎会長さんにはめていただきました。

他にも、サラダ・豚汁・手作りケーキ等が並び、会食となりました。会食の際には、一人ひとりにプレゼントまでいただきました。また、午後は、全校児童対象に「交通安全教室」もしていただきました。

このように、地域の方々に見守られ、温かい気持ちをいっばいいただきながら育っていきける子どもたちは幸せです。

3月7日（水）には、1〜5年生が「6年生を送る会」をしました。今まで世話をしてくれた6年生に感謝の気持ちを伝えるとともに、6年生から5年生へと最高学年のバトンを渡す節目の日でもありました。



西哲  
中学校

給食集会  
〜ストレッチ・マネジメント〜

1月26日（木）6時間目に健康委員会を中心に給食集会を行いました。

事前に生徒全員に「ストレッチエクササイズ」に記入してもらい、その結果をもとに、集会ではまずパワーポイントを使ってストレッチに関する話をしました。その後学年ごとに次の3つのコーナーを回って体験活動をしました。

①ストレッチと食 ここでは、栄養教諭の森本先生に来ていただき、ストレッチと食について話を聞いた後、おすすめの牛乳ココアの試飲をしました。

②マジカル・アイ 視力回復に良いとされるマジカル・アイは、絵を立体的視することで、ストレッチ解消や目の疲れ、肩こり、頭痛の改善など幅広い効果が期待できると言われています。ここではICT支援の2名の先生に、生徒のiPadにマジカル・アイの画像を二重送信してもらい、立体的視できた人には、健康委員からカードをプレゼントしました。

③癒し系スポット ストレッチをマネジメントするためには自分の中でどのような状態が落ち着くのか知っておく必要があります。音楽室にキャンドル・アロマポット・癒しの曲・電子黒板に映し出される様々な癒しの画像を準備、一時ゆったりとした気持ちで過ごしてもらえる空間をつくりました。スクールカウンセラー長谷川先生のおすすりラクゼーションも紹介しました。

上手にストレッチをマネジメントしながら、これからも楽しい中学校生活を送ってほしいと思います。





# 図書館 だより

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]

## ● 哲西荘の展示

哲西荘のみなさんが、掲示してくださいました。  
いつもありがとうございます。

## 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



子ども  
映画会

日時 4月14日(土) 14:00~  
場所 きらめき広場・哲西 哲西図書館 ブラウジングコーナー  
内容 DVD 「トム・ソーヤの冒険」

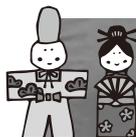
今月の  
展示本

◎**展示コーナー** **〈スローライフ&癒し〉** 就職、進学、職場移動など、春は環境の変化に慣れるまで大変!スローライフと癒しに役立つ本を集めてみました。

◎**児童コーナー** **〈春・花〉** 花や虫など、春の楽しい絵本を展示しています。

## ● 蔵書点検ご協力をお願い

4月9日(月)~12日(木)休館  
ご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いいたします。



最高の笑顔です

認定  
こども  
園

きいん組

お雛様を作ったよ



●ご寄付ありがとうございました(敬称略)

■香典返し

- 赤木宏(亡祖母カネコ)大野部大野部野原区へ金一封
- 石迫 芳己(亡母英子) 矢田老人クラブニコニコ会へ金一封
- 川上 優子(亡母トシミ) 上神代老人クラブ協和会へ金一封
- 細谷忠明(亡母実原キクヨ) 上神代三光会へ金一封

■見舞返し

- 掘田 義男(本人) 上神代佐藤地区へ金一封

■退院内祝い

- 倉迫 静恵(本人) 矢田老人クラブ白菊会へ金一封

■一般寄付

- 西村幸恵(本人) 本郷NPOきらめき広場へ金一封

■哲西図書館へ本を

- 寄贈して下さった方々
- 坂藤 恵敏 上神代
- 赤木 百恵 神石高原町
- 大賀由加里 玉野市
- 渋川 美咲 上神代
- 田口 洋恵 畑木

●哲西荘へご寄付(敬称略)ありがとうございました

■香典返し

- 川上 優子(亡母トシミ) 上神代

■退院内祝い

- 松川 清子(本人) 上神代

■一般寄付

- 三輪 佐和子 上神代 たまご
- 山陽新聞社会事業団 電動エアマット3台
- 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

表紙を飾る、絵手紙募集!

平成24年度情報誌「きらりら」の表紙は絵手紙

毎月、15日までに届いた絵手紙の中から次月号の表紙(複数枚)に活用させていただきます。

「見て、読んで元気になれる」「ほのぼのする」「季節を感じる」そんなお便りをお待ちしています。趣味で描かれている作品も大歓迎です。

郵送、持ち込みのどちらでも可能です。ご協力をお願いいたします。



平成24年度 財団法人田辺育英会 奨学生募集



- 奨学金貸与月額 高等学校…14,000円
- 短大・工業高等専門学校・専修学校専門課程 ……25,000円
- 大 学…33,000円/大学院…35,000円
- ・無利子で貸与・卒業1年後から10年均等償還
- 応募締切 平成24年4月20日(金)
- 詳しくはNPOきらめき広場事務局まで

お詫び

私どもの校正ミスが原因で、3月号の哲西中学校の紙面に誤りがありました。正しくは今月号へ掲載しております。ご迷惑をおかけしました皆様に、心からお詫びを申し上げます。大変申し訳ありませんでした。今後このようなことが起こらないよう、研鑽を積んでいく所存です。これからも変わらぬご愛顧と、皆様からのご指導、ご鞭撻を、よろしくをお願いいたします。

ふるさとづくりの中核を担う人材の育成 平成24年度(第16期) 「ふるさとづくりももたろう塾」塾生募集

対象者 岡山県在住で、地域活動の実践を志している人(基本的に1年を通じて参加できる人)

募集期限 平成24年4月10日(火曜日) 17:00まで<必着>

申込方法 入塾を希望される人は、入塾申込書を郵送、Fax、Eメールにてふるさとづくりももたろう塾事務局まで提出してください。募集締切後、事務局から面接実施案内を郵送します。

※入塾申込書の様式は、ホームページからダウンロードできます。



申込み先 【ふるさとづくりももたろう塾事務局】  
岡山県 県民生活部 県民生活交通課 県民協働推進班  
Tel086-226-7287 Fax086-232-5354  
E-mail:kenminkotsu@pref.okayama.lg.jp

社会福祉法人 哲西福社会 看護職員・介護職員を募集しています



- 看護職員 ● 哲西荘または デイサービスセンター勤務
- 正看護師または准看護師
- 介護職員 ● 哲西荘勤務、夜勤のできる方
- 詳細は、特別養護老人ホーム哲西荘 (TEL94-3533)までお問い合わせください。

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