



写真提供／鯉が窪美写者会 三室 博之

NPO
通信

自然災害への備え(Ⅱ)

7月6日から降り続いた豪雨により発生した水害は、西日本一帯に甚大な被害をもたらしました。

倉敷市真備地区の惨状はもとより、新見市でも行方不明者1人・負傷者1人、全壊5棟・一部損壊4棟・床上浸水31棟・床下浸水75棟（7月25日現在）、道路・鉄道・上下水道などライフラインの被害も各所で発生し市民生活に多大な影響を及ぼすところとなりました。

哲西地域にも道路や河川・農地などに多くの損壊箇所が発生しましたが、人的災害や住家倒壊などの大災害がなかったことは不幸中の幸いでした。

市内全域に避難指示が発令され「きらめき広場」にも80人を超す避難者が身を寄せました。

大災害発生時に防災拠点となるよう設計・建設された「きらめき広場」が初の避難者受け入れとなりその有用性が示されました。

今後、万一の時の市民の安心・安全を守る拠点としての役割が果たせるよう今回の経験を活かしたいものです。

避難勧告が出る前に避難を開始した人や隣近所と呼びかけて避難したケースなどみんなで共有すべき事例が沢山あります。

次の豪雨災害が何時来るか、豪雨規模がさらに大きくなるのか誰にも予測できません。

自分の命は、まずは自分で守るという基本的な部分をしっかりと意識に刻み込むことが大切になります。



ビジョンバン眼科検診

7月14日、きらめき広場・哲西でビジョンバン眼科検診が行われました。この日は、岡山県眼科医会副会長の坂口紀子先生が「中高年に多い目の病気について」と題して分かりやすい講義を行った後、各自、健診コーナーに分れ受診しました。

今回の健診で異常の可能性を指摘され、最寄りの眼科医療機関で詳細な検査・診察をすすめられた人もありました。参加者は、目の健康に対する意識を高めるとともに住民同士の交流を深める有意義な時間を過ごしました。



6月21日、きらめき広場哲西で哲西地域安全会・新見警察署が交通安全体験フェアin哲西を開催しました。

この日は、交通安全体験車、おかやまふれ愛号が来場し、歩行環境シミュレータやシートベルト効果体験、運転・歩行能力診断、自転車シミュレータ、飲酒体験ゴーグルなど様々な交通安全教育が行われました。参加者は思いやりのある運転で交通事故をおこさぬよう意識を高めました。

交通安全体験フェアin哲西





生き生き健康アップ 支援事業

今年度、さわやか広場で
生き生き健康アップ支援事
業が開催されています。この
事業は高齢者が運動習慣を
身につけ、健康増進を図るこ
とを目的に9回の予定で計
画されています。
初回は6月26日に行われ、
保健師による健康づくり講
座や健康運動指導士による
運動機能測定などが行われ
ました。

哲西大茅地区に気軽に集える地域
の居場所にとしようと「大茅スマイルサ
ロン」が開設され、毎回、趣向を凝ら
した楽しい活動をされています。
この日も地域の団体「昔ばなしの里
こっぷり」が民話の語りや替え歌、隣
組体操を行いました。
大茅スマイルサロンは、参加者全員
が満足した時間を過ごせるよう気づ
かいがされ、「来て良かった」と思える
サロンのようです。



7/20

大茅スマイルサロン



6月26日、市愛育委員哲西支部は哲西認定
こども園を訪れ「虫歯予防」をテーマに交流会
を行いました。

この日は、愛育委員が紙芝居とエプロンシア
ター、保健師の広瀬さんはクイズ形式で園児に
問いかけるなど、楽しく虫歯予防の交流会が
行われました。



哲西認定こども園と交流会

市愛育委員哲西支部



ヘルシー教室 参加者募集

哲西支局管内では、高血圧、肥満と血糖値が高めという傾向があります。
また、足腰が痛い方や筋力の衰えを感じている方もおり、
運動や食事を見直して元気になる教室として、
下記の日程でヘルシー教室を開催します。
生涯現役で過ごせるよう、ヘルシー教室に参加してみませんか？



1回目	30年10月 9日(火)	13:30~15:30	気づき発見!体力測定・運動
2回目	30年11月 6日(火)	13:30~15:30	栄養講話・口腔予防
3回目	30年12月 4日(火)	13:30~15:00	認知症予防
4回目	31年 1月 8日(火)	13:30~14:30	運動・レクリエーション
5回目	31年 2月12日(火)	13:30~15:30	体力測定・運動・栄養講話
6回目	31年 3月12日(火)	13:30~15:30	教室の振返り

場 所 きらめき広場・哲西

対象者 自分や家族の健康管理のため参加したい方、介護予防に取り組みたい方 など

定 員 先着15名

申込み締め切り 平成30年8月31日(金)

申込み・問合せ先 哲西支局地域振興課 TEL94-2111 保健師 広瀬



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

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



- 17日(金) 14:00~ 昔ばなしのお話会
- 20日(月) 10:30~子ども映画会DVD「スイスイ!フィジー!」
- 25日(土) 10:00~12:00 ・オリジナル消臭剤作り・しゃぼん玉あそび
- 27日(月) 10:00~ちょこっとクラフト「オリジナル消臭剤」
- 1日~7日(旧七夕) 短冊に願い事を書いて笹につるそう♡

8月の
予定

がん検診を正しく受けよう

内科

健康な人へのデメリット

がん検診を受けるのは健康診断と同じように、症状がない健康な人です。しかも、皆が検診対象とされているがんにかかったり死亡するわけではないため、恩恵を受けるのは一部の人に過ぎません。検診による健康な人への負担やかかる費用・時間に加えて、疑陽性（がんがないにもかかわらず陽性となる）、疑陰性（がんがあるにもかかわらず陰性となる）、過剰診断（生命予後を脅かしたり症状をもたらしたりしないようながんの診断）などがおこるといったマイナス面もあります。5種類のがん検診については、このようなデメリットを上回るメリットがあるものと判断されています。

がん検診を受けるメリット

日本人が亡くなる原因の1位が、がんです。そこで、がんを早く発見して、がんによる死亡率を減少させるために、国の健康増進事業として各市町村でがん検診が実施されています。

がんが発見された場合に、早く治療を開始することにより、治療後の生活の質（QOL）の向上や治療にかかる医療費の軽減に結びつくことも期待されます。

現在、厚生労働省では、5種類のがん検診を推奨しています。この5種類のがんは、がん検診を受けた場合と受けなかった場合を比べて、がんによる死亡率が減少することが研究により明らかにされています。

がん検診の種類 <厚生労働省推奨>

乳がん検診

検査項目 問診、視診、触診及び
乳房エックス線検査（マンモグラフィ）

対象者 40歳以上

大腸がん検診

検査項目 問診及び便潜血検査

対象者 40歳以上

<その他>前立腺がん検診

検査項目 問診及び血液検査

対象者 40歳以上

※上記検診の対象年齢等は各市町村や職場によって異なる場合があります。希望の方は各市町村、職場（加入健康保険）にお問い合わせください。

胃がん検診（胃部X線検査）

検査項目 問診及び胃部エックス線検査

対象者 40歳以上

胃がん検診（胃内視鏡検査）

検査項目 問診及び胃内視鏡検査

対象者 50歳以上（一定の条件に該当する者）

子宮頸がん検診

検査項目 問診、視診、子宮頸部の細胞診及び内診

対象者 20歳以上

肺がん検診

検査項目 問診、胸部エックス線検査及び

喀痰細胞診※

対象者 40歳以上 ※喀痰細胞診の対象は問診によります。

新見市がん検診実施期間 平成30年6月1日～平成31年1月31日

8月の担当医表 （岡山光生病院から）

7日(火)	池田(外科)	外傷外科・胸部外科
14日(火)	お盆休み	
21日(火)	早川(内科)	腎臓・透析
28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。

正しく受けるとは

各市区町村や職場で定期的ながん検診を受けて、もし陽性と判定された場合は、必ず精密検査を受けてください。がんが疑われ、精密検査を受けて、初めてがん検診を正しく受けたといえます。

なお、がん検診はあくまで健康な人を対象としていますので、自覚症状のある人は医療機関を受診しましょう。



認知症カフェ きらめき 第4回 開催



7月4日、NPOきらめき広場が、道の駅鯉が窪文化伝習館で第4回目の「認知症カフェきらめき」を開催しました。

皆さん、お気軽にお立ち寄りください

認知症カフェきらめき

開催日時 月1回 第1水曜日 13:30~15:30

場 所 道の駅鯉が窪 文化伝習館

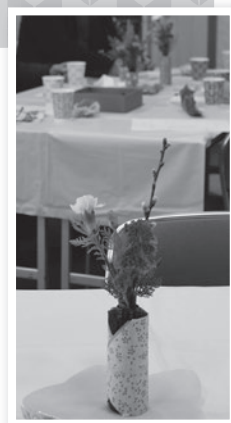
内 容 カフェタイム、ミニ講話（専門的情報を受け取る）、参加者同士の語らい、ミニイベント、情報交換、相談など

参 加 者 気軽に誰でも参加できる（認知症の人、介護家族、地域住民、専門職など）

参 加 費 1人1回、200円

主 催 きらめきカフェ運営委員会

開催予定日 8月1日（水）・9月5日（水）



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

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。

今月の展示本

◎児童コーナー・ 展示コーナー 「海・魚」

海のスポーツや遊び、
魚が主役の本を集めて
みました。



子ども映画会

日時 8月20日(月)
10:30～
場所 きらめき広場・哲西
プレイルーム
内容 DVD

「スイスイ!フィジー!」



夏休みの行事

- 市内図書館スタンプラリー
～8月31日(金)
- 哲西図書館スタンプラリー
～8月31日(金)
- 古本リサイクル
8月10日(金)～12日(日)
- 七夕かざり
8月1日(水)～7日(火)



畜音機で SPレコード を聴こう!

8月19日(日) 10:00、11:00、
場所:哲西図書館 12:00、13:00、
ブラウジングコーナー14:00
各時間 5分～10分程度、童謡や唱歌、落
語などのSPレコードをかけます。

レコード盤に音の振動が溝として刻まれ
ていて、それを鋼鉄製の針で響かせ、その音
を増幅して聴きます。
電気を使わないゼンマイ仕掛けの蓄音器
から出る音は、空気を震わせ感動的!

同時開催 ～音の出る昔の機械～
ラジオなどの展示もしています。





●ご寄付ありがとうございました (敬称略)

■香典返し

○藤枝 友昭(亡父敏男) 畑木
畑木長寿会へ金一封

○井原満喜子(亡夫金吾)上神代
老人クラブむつみ会へ金一封

■見舞返し

○藤本 一雄(本人) 大野部
野原地区へ金一封

■一般寄附

○藤澤 寛二 畑木
畑木長寿会へ金一封金一封

●哲西荘へご寄付ありがとうございました (敬称略)

■香典返し

○藤枝 友昭(亡父敏男) 畑木
○井原満喜子(亡夫金吾)上神代

■一般寄附

○福田 一義
サニーレタス・ラディッシュ他 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

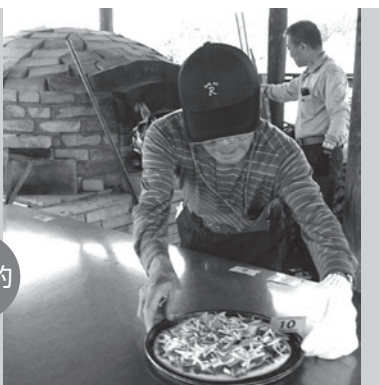
○いくま石油(株) 山陽新聞



哲西未来会

道の駅鯉が窪での ピザ焼き体験

次回 8月25日(土) 要予約
予約申込み・問合せ先
090-6843-3606(宮崎)



社会福祉法人 哲西福祉会

看護師・
介護職員募集
しています。



●哲西荘勤務

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。

西日本豪雨災害に対するお見舞い

この度の西日本を中心とした豪雨により、
被災された皆様ならびにご家族の皆様に、
心よりお見舞い申し上げます。

哲西地域でも、ご家族、知人や友人が
被災されたと耳にし心を痛めております。

今なお避難されている皆様、復旧作業に従事されている皆様の
安全と被災地の一日も早い復旧を
心よりお祈り申し上げます。

開催中止のお知らせ

●第43回新見ふるさとまつり ●2018夏祭りin哲西
このたびの西日本豪雨を受け、開催中止となりました。

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