NPO・きらめき広場





社会福祉法人 哲西福祉会

看護師・調理職員を 募集しています



NPOきらめき広場

*

SY B

令和2年6月1日発行

〒七一九-三七〇一岡山県新見市哲西町矢田三六〇四特定非営利活動法人 NPOきらめき広場



詳細は、特別養護老人ホーム哲西荘 (TEL 0867-94-3533) まで お問い合わせください。

哲西図書館に哲西荘 の皆さんが、掲示し てくださいました。 いつもありがとうご ざいます。



○羽場あつ子

(亡父高治)・上神代

などなど。

テレワー

クやロー

ン会議や交流

○井竹力男 元 (亡父福男)・神郷釜村

○中村汎子

○中村汎子・矢田○休尾観光バス・妹尾○太陽産業㈱○松陽産業㈱○松陽産業㈱○公本場所</l 妹尾タクシー …備北民報 …加陽新聞 …立陽新聞

適応する道を選択するのが賢明ではないだろうか。

すでにマスク着用・手洗い

(最近、

するのではなく、必然の社会変化と捉えてうまく順応・

・マスク 、000枚 ::山陽新聞 ::備北民報

「新しい生活様式」に馴染んでいきたいものだ。

○いくま石油㈱





■一般寄付
■一般寄付
■一般寄付

NPO通信

封封

ご寄付 ありがとう (敬称略)

新

スと付き合っていかなくてはならないと云われている。 クチン等が開発されたとしても長い将来このウイルしかし、新型ウイルス自体の絶滅はないとのことで そのため国は、感染予防策として「新しい生活様式」

モデルを示して暮らし方の変容を呼びかけている。 身体的距離の確保、

事態宣言も解除が進み日常生活が少しずつ取り戻され新型コロナウイルスの新規感染が限定的となり緊急 実だが、私たちはこれら変化に戸惑ったり抵抗したり 境も大きく変革していくと予想・予言されている。 さらに生活様式だけでなく様々な社会の仕組みや環 一方で経済活動などに負の影響が出ていることも事 ・冠婚葬祭などの親族行事、 通販や電子決済の利用、 (詳しくは厚労省ホ テー マスク着用、手洗いの徹底 ション勤務など働き方の 動画を活用したオンライ 娯楽やスポー ツ時の工

問い合せ先

握手の代わりの肘タッチ

NPOきらめき広場 事務所/〒719-3701 岡山県新見市哲西町矢田3604 Tel(0867)94-2143 Fax(0867)94-2100 ホームページ http://www.npo-kirameki/ Eメール post@npo-kirameki.jp

2020.6 vol.180

8



哲西町診療所

膝が痛い人もできるもも上げ、膝伸ばし

片方の足が終わったら、もう片方の足でも行います。 しっかり安定したイスを できれば太ももを上げたところ、膝を伸ばしたところで5秒静止しましょう。 慣れたら10秒、15秒と静止時間を延ばします。

ア防のための 背筋を伸ばしてお腹に 姿勢を崩さないまま、 力を入れて座り、 太ももをできるだけ 手はイスの 高く上げて、ゆっくり 端を持つ



加齢に伴い筋力や活動が低下して いる状態

サルコペニアとは?

筋肉の量的な低下と機能的低下が おきた状態

目安:毎日、1日あたり片足10回ずつ1セット行う

000 小野薬品工業株式会社

6月は新型コロナウイルスの感染 拡大防止のため中止します。

問合せ先 090-6843-3606(宮崎)

6月の専門外来は 以下のとおりです。

6月	名前	科	専門
2日(火)	土持 茂之 先生	外科	腹部外科· 血管外科
9日(火)	藤原 敬士 先生	内科	消化器(内視鏡)
16日(火)	高村 和人 先生	内科	内科• 消化器内科
23日(火)	多田 譲治 先生	皮膚科	アレルギー性皮膚疾患・皮膚細菌性感染症
30日(火)	光生病院医師休診		

皆さん、 お立ち寄り ください 開催日時:6月3日(水) 13:30~15:30

所:きらめき広場・哲西 文化ホール

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

催:きらめきカフェ運営委員会

令和2年度

一般財団法人 田辺育英会奨学生募集 第2次分

- ●対 象 者…経済的理由により修学の目的を達することができない高等学校・工業高等専門学校・ 短期大学・大学・大学院・専修学校専門課程等に進学・在学する学生。
- ●応募資格…岡山県新見市内に1年以上住所を有する学生、若しくは新見市内に居住する世帯の 学生で、品行方正・思想穏健・学業成績優秀・身体精神健全であって成業の見込み

ただし、他の奨学金を受けていないことが条件。

●奨学金貸与月額

高等学校……14,000円

短期大学·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
- ●貸与期間…正規の最短修学年限
- ●応募手続…田辺育英会事務局(新見市哲西町矢田 NPOきらめき広場内)で、応募書類を受 け取り、同事務局へ提出。
- ●**応募締切**…第2次分 随時受付
- ●決定時期…申請後2か月以内に奨学生選考委員会において選考のうえ決定し、本人あてに通知。

詳しくは NPOきらめき広場事務局 (0867-94-2143) まで

みんなで作る情報誌

地域情報誌「きらりら」は、みんなで作る情報誌として身近な情報交換の紙面作りを目指し ています。

今回、主に下記のテーマで募集します。自薦他薦問いません、お気軽にお問い合わせください。

1 地域にエール ……… 「あの人あの会社、頑張っています」

2 お庭紹介 ………… 「綺麗なお花が咲きました」

3 芸備線 …………… 「こんな思い出があります」





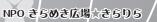


皆さん!

2020.6 vol.180

明るく、楽しく、元気な情報提供をお願いします。

NPO きらめき広場★きらりら 2020.6 vol.180





芸備線が通る町 哲西町

7月31日(金)まで 列車増便

















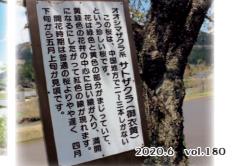












那場満江さん宅の山野草を紹介

























では出げたより

新見市立哲西図書館

TEL 94-2110 FAX 94-2100

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



★今月の展示本

ガーデニングや家庭菜園を楽しむための 本を展示しています。





ハトやすずめ、カラスにツバメなど身近 な鳥が主人公の絵本を選んでみました。

★読書交流会 (要申込)

*6月の読書交流会は新型コロナウ イルスの感染拡大防止のため中止 します。

★ビフォー・アフター

休館中、日頃から気になっているけど、なかなか出来ない作業を行いました。





ナイロン紐を使用

職員DIYで製作

○背ラベル

窓側は日焼けのた め消えて見えにく いので





括西子育で広場 第週月、水、金曜日 10:00~15:00 月1回 土曜日 10:00~12:00

●当面の間、行事はお休みします







「モビールを作ったよ」

おすすめ本

バードウォッチング



「日本のかわいい小鳥」

日本で見られる小鳥46種 のかわいい仕草を捉えた写 真を集めた写真集です。

初心者でも気軽に行える バードウォッチングの楽し み方や、 小鳥を上手に撮る 方法なども掲載しています。



「甦れ、ブッポウソウ」

姿の美しさから千年にわ たり霊鳥とされ、 多くの詩 歌に詠まれてきた鳥です。 ブッポウソウの生態と現実 を読みやすく紹介していま す。



「にっぽんスズメ散歩」

日本各地の表情豊かなス ズメが大集合! お茶目で愛 らしい姿を魅力たっぷりに 撮ったスズメ愛あふれる写 真集です。



2020.6 vol.180

「日本の野鳥 さえずり・地鳴 き図鑑」~CDで鳴き声を 聴き分ける全152種~

鳴く時間帯や頻度、分布、 季節、生育環境、体型の特徴 をわかりやすく解説します。

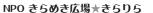


「鳥さんぽをはじめよう」

普段のおさんぽ、 ウォー キングに「鳥さんぽ」をプラ スしてもっと楽しく!

鳥に出会い、季節を感じ る1年間を紹介しています。





6