

はま新聞

発行者：浜区理事会
住 所：男里7丁目29-20
電 話：483-6891
メールアドレス：onosatohamaku@gmail.com
ホームページアドレス：onosatohama.lsv.jp/wp
発行日：令和 2年 3月10日

《 区・区長の動き 》

< 1月14日(火) >

- ・「サザンA」笠松清さんがお亡くなりになりました。
謹んでご冥福をお祈り致します。

< 2月10日(月)・12日(水) >

- ・浜公園への遊具設置箇所の件で、住宅公園課に意思表示しております。

< 2月13日(木) >

- ・明示立会 男里6丁目9番(先月立会の隣接地)

< 2月15日(土) >

- ・男里川一斉清掃活動参加(13名参加)
- ・イオン防災フェア(5名参加)
- ・「第42組」上田国利さんがお亡くなりになりました。
謹んでご冥福をお祈り致します。

< 2月19日(水) >

- ・樽井小学校 学校協議会・学校保健委員会

< 2月21日(金) >

- ・樽井小学校区防犯協議会 運営委員会

< 2月28日(金) >

- ・市より浜保育所移転計画の説明を受けております。
浜区としては住民説明会開催を要望し、受諾されましたが、時期は現在の会合自粛が解かれてからとなりますので、決まりしだい掲示板等でお知らせします。

< 3月 3日(火) >

- ・臨時役員会

< 3月 7日(土) >

- ・洗濯工場(男里7丁目1455番ほか)建設計画住民説明会

< 3月 8日(日) >

- ・慰労会開催

コロナウイルス流行の為、事前に臨時役員会議を開き、そこで十分検討し、隣組長及び役員、理事、各種委員の方々に対する慰労会を細心の注意を払いながら開催することとなりました。

3月31日までが任務となりますが、この一年間、大変ご苦労様でした。今後とも浜区の活動にご理解とご協力の程、宜しくお願い致します。

【3月理事会報告】

- * 浜保育所移転問題…移転反対の要望書を提出する。
要望書内容は、ホームページを参照のこと。
- * 2020年度活動方針案、予算案の検討…内容は、浜区総会資料、ホームページを参照のこと。

浜区総会の日程が決定しました。

令和2年度 浜区総会が下記の通り決定しました。

記

日 時：令和 2年4月19日(日)午前9時30分より

場 所：浜区民センター 別館

- * 新旧役員及び、新旧隣組々長さんと該当する隣組(20戸以上の隣組)の代議員の方には後日、総会草案を配布致します。

上記の方には議決権がありますので、欠席の場合は必ず委任状を提出して下さい。

総会に出席の方は、必ず、4月上旬に配布される総会草案をご持参下さい。

ブロック代表理事が決定しました。

ブロック代表理事が下記の通り決定致しました。
任期は3年となっております。宜しくお願いします。

第1ブロック (第28組)

第2ブロック 上原 ひとみさん (第11-2組)

第3ブロック (第41組)

第4ブロック

サザンコースト A 棟 清水明彦さん(再任)

サザンコースト B 棟 宮地道郎さん(再任)

サザンコースト B 棟 酒井保助さん(再任)

狂犬病の予防接種

下記の日時に狂犬病の予防接種が実施されます。利用者の方はお間違えの無いようご来場下さい。

日 時：令和2年4月9日(木)

11:05~11:35

場 所：浜区民センター 駐車場



お知らせ

新しい住宅地図が届いております。
ご入用の方は浜区事務所まで、取りにお越し下さい。

自主防災会だより(3月号)

3月20日(金)の『ドコモのスマートフォン教室』が中止となりました。

この度、中国内から発生した「新型コロナウイルス肺炎」は、日本国内の複数地域においても感染拡大が報道されています。

浜区自主防災会としまして、感染予防のため、スマートフォン教室は、新型コロナウイルス肺炎の事態収束(政府発表)が確認できるまで中止とします。

○ 今年度の自主防災会の主な活動を報告します。

- ・ はま新聞へ「自主防災会だより」の掲載
防災意識の向上、知識の普及
- ・ 防災施設見学会実施
7月20日「人と防災未来センター」(神戸)
- ・ 防災訓練実施
12月 7日 浜区防災訓練
- ・ 近隣地域の防災訓練に参加
10月26日 泉南市・イオン合同防災訓練
11月10日 男里・幡代合同防災訓練
- ・ 防災講習会実施及び参加
4月14日 ドコモ「携帯・スマホ講習会」(浜区開催)
1月16日 気象について(埋蔵文化財センター)
2月15日 泉南市防災フェスタ
- ・ 施設整備の協力
5月13日 和室カーペットの敷替え
6月 1日 本館空調機・照明器具の清掃
11月20日 腐食公衆電話引込ポールの建替え立会
- ・ その他
2月15日 男里川一斉清掃参加

この一年、ご理解とご協力を賜りありがとうございました。
次年度も、少しでも皆様のお役に立てるよう活動してまいりますので、ご支援の程、宜しくお願い致します。



お詫び



この度のコロナウイルス流行に伴い、市や浜区の行事でキャンセルが相次ぐこととなり、区民の皆様には大変ご迷惑をおかけしております。感染拡大防止のため、何卒ご理解頂きますようお願い申し上げます。

= 3月休止の浜区行事 =

- ・ 高齢者ふれあいサロン
- ・ WAO体操2
- ・ ふれあいカラオケつどい
- ・ スマホ講習会
- ※ 子育てサロンおのしん

* 4月の活動の有無は掲示板等でお知らせ致します。

ご存知ですか？あなたのまちの 地域包括支援センター なでしこりんくう

地域包括支援センターは、泉南市の委託を受けた公的機関です。高齢者に関する福祉・医療・保健など、総合的な相談窓口です。

★ ★ ★ ご存知ですか？ ★ ★ ★

～ “笑い” がもたらす健康効果 ～

お腹の底から笑うと、心も体も元気になった気がしませんか？

最近の研究では、笑いがもたらす様々な効果がわかっています。笑いの健康効果についての研究の始まりは、1976年に米国のジャーナリスト、ノーマン・カズンズが書いた闘病記です。彼は笑うことで自らの難病を克服したと発表し、これを皮切りに医学的な研究が始まり、笑いにより免疫力が上がり、痛みやストレスを感じなくなるといった研究報告が相次ぐようになりました。

人間はイライラすると交感神経が優位になり、血圧が上がります。それに伴い心拍数も増えます。反対に笑顔でリラックスすると副交感神経が優位になり、血圧が下がり心拍数も少なくなります。笑うことで酸素と血液があらゆる臓器に充分に行きわたることで活性化され、血流がよくなります。血流が良くなるので自然治癒力も高まり、脳の血流が良くなることから認知症予防にもつながります。「コルチゾール」というストレスにより発生するホルモンが減少し、ストレスが軽減し、リラクゼーション効果を得ることができます。エンドルフィン(痛みを抑える物質)のレベルが上がるので、精神の肯定状態になり気分が良くなります。体内でガン化した細胞やウイルスに感染した細胞を破壊する「ナチュラルキラー細胞(NK細胞)」が活性化され、免疫力が上がります。血糖値も低下します。

作り笑いでも、本当に笑う効果と同じ効果があり、コミュニケーションの向上にもつながります。「笑う門には福来る」「笑いは百薬の長」などといわれるように、笑いは健康長寿の万能薬です。毎日笑顔で過ごせるように心掛けたいものです。

<お問い合わせ>

泉南市 地域包括支援センター
なでしこりんくう ☎ 485-2882



毎週金曜日は

コープのお買物便の巡回日です！

停車時間は 11:00～11:30

是非、ご利用下さい。



～ コープよりお知らせ ～

お買い物袋が有料となっております。
出来る限り、マイバッグを持参しましょう。