

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3年4月12日



《 区・区長の動き 》 >

< 3月14日(日)>

- ・「サザンA」中橋 義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。

< 3月26日(金)>

- ・「29-1組」中島砂代子さん訃報の連絡を受けました。
理事就任後、浜区の行事にご尽力頂きましたが、今年度は体調不良のため長く欠席されておりました。ご家族より、昨年9月24日にご逝去されたとの連絡を受けました。謹んでご冥福をお祈り申し上げます。

< 4月3日(土)>

- ・「25-1組」狩野健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。

< 4月7日(水)>

- ・会計監査

< 4月9日(金)>

- ・臨時役員会
蔓延防止措置発令中における総会の対応について

【4月理事会報告】

- * 書面決議による総会実施の件・・・はま新聞を参照。
- * 大里川ヘドロ除去等環境部活動報告・・・ホームページを参照。

会館利用の皆さまへ

新型コロナウイルスが流行したことにより、現在、会館利用者さまには報告書および、利用者名簿の提出をお願いしております。

ご面倒をおかけしますが、しばらくの間、ご協力頂きますようお願い申し上げます。



今年度の浜区総会は書面決議とします。

3月のはま新聞で、浜区総会の開催日時をお知らせ致しましたが、その後、大阪府内では新型コロナウイルスの感染者数が急増し、蔓延防止措置が発令されました。

現況を踏まえ、4月11日の理事会で協議した結果、本年度の総会は書面決議とさせて頂くことに決定しました。

議決権のある新・旧隣組長、役員、理事、会計監査の方々には別途、書面でもお知らせしております。総会草案をご一読のうえ、決議書面に記入し、4月22日までに浜区事務所までご提出下さいますよう、お願い申し上げます。

浜区の慶弔制度について

1. 小学校入学祝い品の進呈

浜区民の児童が小学校に入学された時は、祝い品(2千円分の図書カード)を進呈致します。

該当される方は、浜区事務所にあります申請書へ必要事項を記入し、下記期限までに提出して下さい。



提出期限 ... 4月30日(金)

支給 ... 5月10日(月)より

2. 弔慰金に関して

浜区民または同居のご家族が亡くなられた時は、弔慰金(1万円)をご遺族に支給致します。

該当された方は、直接または隣組長さんを通じて、浜区事務所へご連絡下さい。

○ 高齢者ふれあいサロン

しばらくの間、開催を見合わせます。

一時期、新型コロナウイルス感染者数が減少し、区としましても、新年度からの再開を予定しておりました。然しながら 4 月に入り、感染者数の急激な増加が見られ、大阪に蔓延防止措置が発令されたことにより、不要不急の外出を控える意味で、再開中止を決定致しました。何卒ご理解頂きますようお願い申し上げます。

○ WAO体操 2

毎週火曜日 13:30～

○ ふれあいカラオケつどい

現在、休止中です。



○ 子育てサロンおのしん

4 月のサロンは開催が中止となりました。

5 月は 19 日(水) 10:00～11:30 に開催を予定しております。

★ 感染症拡大防止対策をとりながら実施します。

また開催予定であっても、新型コロナウイルス感染者数増加などの影響により、急遽中止となることもあります。

浜老人クラブは随時会員を募集しております。

老後を健康で楽しく過ごすためには、人との交流を深めることが一番だと思います。

然しながら現在、新型コロナウイルスが流行し、自粛生活を送られていることとお察し致します。日本国内でも、ようやくワクチン接種が始まり、事態が収束することを只々祈るばかりです。

では、今の自粛中に、ゆ～つくりと検討しませんか？

老人クラブでは、会員を随時募集しております。希望される方は浜区事務所まで、お申し込み下さい。

皆様方の多数の入会をお待ちしております。

対象者：60 歳以上で浜区会員の方

年会費：1,000 円

* 参加費用は別途必要ですが、年間行事として、カラオケ大会、日帰旅行、忘年会などを予定しております。

(※残念ながら、昨年度はコロナ禍で中止となりました。)

ご存知ですか？あなたの街の 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？ ☆☆☆

～ 伝え合う 頭とおなか ～

腹痛で病院にかかると、まず胃や腸などおなかの臓器が調べられます。潰瘍があれば取り除き、炎症があれば薬で抑える。下痢、便秘、痛みといった症状があっても、便や内視鏡検査には一見、異常がない「過敏性腸症候群(IBS)」の方が増えてきています。知覚過敏による痛みなどを脳が受け取って、不安な状態になったりストレスが加わったりすると、腸に筋肉を収縮させる信号を伝え、多様な症状を引き起こします。IBS はこうして起きると考えられています。

脳と臓器は迷走神経でつながっています。腸からも情報を伝え、脳が応答する。この双方向の関係「脳腸相関」と呼ばれ研究が進んでいます。異物を認識する腸内細胞から、迷走神経を通じて脳に情報が伝わり、腸の炎症を抑える制御 T 細胞の量がコントロールされる関係が明らかになり、腸内を除菌すると切断実験の結果が変化することから、腸内細菌も影響を与えている事がわかりました。

脳と腸の複雑なかかわりが見えてくるにつれ、注目が高まっているのが腸内細菌です。IBS 患者と健康な人では腸内細菌の構成が異なり、患者はビフィズス菌の仲間が少ない傾向があり、腸内細菌を整えて IBS を治療しようとする試みもあります。良い腸内環境は、先祖代々が長期間かけてつくってきたものですが、悪化するのはいったい何年かです。日ごろの食生活を見直すことが重要です。

<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。