

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 5 年 7 月 10 日



《 区 の 動 き 》

< 6 月 13 日 (火) >

- ・大里川左岸、清掃事務組合周辺の草刈りを清掃事務組合に要望し、実施される。

< 6 月 14 日 (水) >

- ・区長幹事会

< 6 月 15 日 (木) >

- ・ダスキン事務所建設の件で、建築士より説明を受けました。

< 6 月 17 日 (土) >

- ・「第 11-1 組」山本好照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。

< 6 月 20 日 (火) >

- ・雄信地区防犯協議会運営委員会

< 6 月 24 日 (土) >

- ・ABC花いっぱい運動
区民センター、サザンコースト、木陰公園に花苗の植え付けをしました。

< 6 月 26 日 (月) >

- ・天神の森枯草処理の件で、男神社宮司、男里区長と共に市長と面談。要望書を提出。従来通り市で処理するとの回答あり。

< 6 月 28 日 (水) >

- ・雄信地区福祉委員会役員会
・木陰住宅、馬野酒店前の掲示板取替完了 (4/24 市へ依頼)

< 6 月 26 日 (月) ~ >

- ・大里川右岸の樹木伐採 (6/14 市へ依頼)

【7 月理事会報告】

- * 敬老祝賀会、祝い品配布を実施する。実施内容は対象者に後日通知する。
- * 区民センター本館調理室床面張り替えの実施が決定。
- * 区民センター、老人集会場の使用方法に関して、市当局と協定する。
- * ユーフォーズ報告書の件…報告書はホームページ参照。
基準値の明確化と臭気測定器の設置を要望する。
- * ごみ処理施設環境調査の件…ホームページ参照。
- * 府道うど橋周辺測量調査の件…ホームページ参照。

・ 休館日のお知らせ ・

お盆のため、事務作業は下記の通り休みとさせていただきます。
ご迷惑をおかけしますが、何卒ご了承下さい。

休館日 8 月 14 日 (月) ~ 8 月 16 日 (水)

※ 尚、葬儀等の場合は上記の限りではありません。

連絡先 和田 (区 長) 484-1020

原 (副区長) 484-3398

清水 (副区長) 483-6148

亀谷 (事務長) 482-3248



9 月 17 日 (日) 敬老祝賀会を開催します。

コロナ禍で中止していた敬老祝賀会を、4 年ぶりに開催することが決定しました。

該当される方には、8 月中旬に案内が届きます。尚、案内状作成による事務作業のため、泉南市に対して名簿提供の申請を行っております。案内状作成以外には一切使用致しませんので、ご理解いただきますようお願い申し上げます。

浜グランドゴルフ (GG) オープン大会報告

6 月 24 日 (土) ロングパークにて、浜区の皆さま参加型の GG オープン大会を開催し、参加者 20 名が、優勝トロフィー獲得へと腕を競い合いました。大会結果は下記の通りです。

優 勝 西原 一浩さん

準優勝 辻 龍彦さん

3 位 杉野 勇さん



怪我もなく、無事に楽しく大会を終了することが出来ました。来年も開催予定ですので、皆さまの参加をお待ちしております。



福まちサポートリーダー養成講座のご案内

先日の回覧でご存知の通り、全 8 回あります (1 回目は既に終了) が、興味のある講座のみの受講でも構いません。近々の講座は下記の通りです。当日、直接でも構いませんが、出来れば事前予約をお願いします。
(生活福祉課 TEL483-3474 又は長寿社会課 TEL483-8254 まで)

☆ 7 月 18 日 (火) 13:30~15:30 あいびあ泉南 1F 大会議室

『今こそ考えよう、住みよい地域づくり』

～地域共生社会時代に福まちサポートリーダーができること～
和歌山大学経済学部教授 金川めぐみ氏

☆ 8 月 9 日 (水) 13:30~15:30 あいびあ泉南 1F 大会議室

『地域で子育て～子どもの豊かな育ちに大切なこと～』

和歌山信愛大学教育学部子ども教育学科教授 森下順子氏

『子どもの権利を学び、子どもの声を聴く』

泉南市人権推進課 職員

浜 区 定 例 行 事

○ 高齢者ふれあいサロン

8月のサロン 休み



○ WAO体操2

毎週火曜 13:30~15:30

※ 参加費無料

* 8/15は休みです。



○ やわらぎカフェ・浜（認知症カフェ）

8月のカフェ 休み（次回は9月9日）

7月8日のカフェでは、

昔懐かしい「あやとり」でにぎやかに脳トレができました！

また、『「もの忘れ」が気になりだしたら読む本』（米山公啓著）の内容について紹介しました。

いくつになっても筋力（運動）は大事！

DHA 食品大豆製品を食べて、
脳を元気にしましょう！



認知症についての情報を知る「やわらぎカフェ・浜」へ、ぜひ遊びに来てください！

○ 子育てサロンおのしん

8月のサロン 休み



★ 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。

夜 店 祭 り

7月28日（金）17:30~19:30

露店での物品購入は現金でも可能ですので、皆さま是非ともお越し下さい。

（注）当日午後、
区民センター駐車場は
利用禁止！



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？ ★ ★ ★

～ 歯 と 口 の 健 康 ～

< 歯を丈夫にするために >

歯は主にエナメル質・象牙質の2つの物資からできています。

エナメル質は、簡単にいうと「歯の表面」です。体の中で最も硬い組織で、骨よりも硬いとされています。その一方、酸や摩擦などの浸食には弱い為、エナメル質を失うと知覚過敏や歯の内部の虫歯になりやすくなるため、エナメル質を保つことがとても大切です。

象牙質は、エナメル質の一層下にあり、歯髄（歯の神経）を守る役割もあります。象牙質まで虫歯が進行してしまうと痛みを感じる場合もあります。そのため、毎日の口腔ケアや早期発見、定期的に歯科を受診するなどが大切になります。

< 歯を丈夫にする食品 >

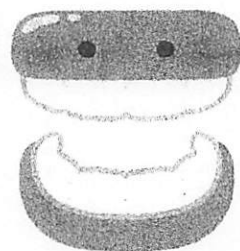
歯は筋肉のように鍛えて強くすることは出来ませんが、歯の栄養になる食材を摂ることで丈夫にすることは可能です。

歯の原料となる「カルシウム」	牛乳、大豆、海藻類、小魚、高野豆腐、
吸収を助ける「ビタミンD」	卵黄、鰹、秋刀魚、舞茸、干し椎茸、きくらげ、鮭
歯の土台を作る「タンパク質」	動物性：牛・豚・鶏肉、チーズ、ヨーグルト 植物性：白米、小麦粉、とうもろこし、大豆
象牙質を作る「ビタミンC」	キウイ、ミカン、小松菜、ブロッコリー、ニラ
エナメル質作成「ビタミンA」	ニンジン、カボチャ、鰹、ほうれん草、レバー
唾液を促す	梅干、酢の物、ゴボウ
歯や顎の骨を鍛える	煎餅・煎り豆・たくあん 歯ごたえのある野菜等

いつまでも美味しい物を、食べ続けられる健康な歯を保つために、これを機会にご自分の食生活、歯の健康管理を見直してみませんか。

< 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。

* 8/11は、お買物便あります。

