

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 9 月 11 日



《 区 の 動 き 》

< 8 月 6 日(日)>

- ・「サザン B」中島健一さんがお亡くなりになりました。
謹んでご冥福をお祈りいたします。

< 8 月 30 日(水)>

- ・「第 26-2 組」青木茂さんがお亡くなりになりました。
謹んでご冥福をお祈りいたします。

< 9 月 3 日(日)>

- ・「サザン A」石田美恵子さんがお亡くなりになりました。
謹んでご冥福をお祈りいたします。

< 9 月 12 日(火)>

- ・泉南清掃事務組合へ、温水プール廃止に伴う見返り策の提示に関する要望書を再提出

< 9 月 13 日(水)>

- ・区長連絡協議会 幹事会
- ・「第 16-1 組」大石岩男さんがお亡くなりになりました。
謹んでご冥福をお祈りいたします。
- ・「サザン B」大野孝智さんがお亡くなりになりました。
謹んでご冥福をお祈りいたします。

< 9 月 14 日(木)>

- ・「第 9-1 組」岩下哲二さんがお亡くなりになりました。
謹んでご冥福をお祈りいたします。
- ・「第 9-2 組」嶋北唯道さんがお亡くなりになりました。
謹んでご冥福をお祈りいたします。

< 9 月 17 日(日)>

- ・浜区敬老祝賀会開催(※ 右記関連記事)
対象 353 名のうち、出席 47 名(欠席 1 名)

< 9 月 27 日(水)>

- ・親睦用畑の手入れ作業実施
- ・「サザン A」山田公子さんがお亡くなりになりました。
謹んでご冥福をお祈りいたします。

< 9 月 29 日(金)>

- ・本館和室の雨戸撤去作業
- ・観月祭

< 9 月 30 日(土)>

- ・親睦担当理事が区長を交え、敬老会の反省会実施
- ・浜宮 例祭
- ・なでしこりんくう主催、浜区共催の人生会議を開催
新泉南病院 内科医の島本先生を講師に迎え、延命治療や主治医について話し合いの場がもたれました。



< 10 月 3 日(火)>

- ・ABC 委員会運営会議(境目環境部長)

【 10 月理事会報告 】

- * 敬老会、敬老祝賀会結果報告…はま新聞参照。
- * 浜区一斉美化運動の件…はま新聞参照。
区内の事業所などへ協力要請を行う。
- * 避難訓練、防災学習会、炊き出し訓練の実施検討。
次回理事会で内容を協議。



・ ・ ・ 4 年ぶりの敬老祝賀会 ・ ・ ・

新型コロナウイルスの大流行により、4年ぶりの開催となりましたが、当日は天候に恵まれ、和やかな雰囲気の中、無事に執り行うことが出来ました。これも浜区役員理事や民生委員、また有志の方々のご協力によるものと感謝しております。また、3 年間中止が続く中でも、毎年快く準備して下さい、余興出演者の方々に厚く御礼申し上げます。



* 記念品のお渡しは 10 月 31 日迄です。

浜区一斉美化運動の日程が決まりました。

実施日: 11 月 4 日(土)小雨決行
※ 雨天の場合は 11 月 5 日(日)に順延

時 間: 午前 8 時 30 分~1 時間程度

集積場所: 浜区民センター、浜公園



* 当日、浜区民センター本館前にて軍手・ゴミ袋を支給させていただきます。

多数の皆様のご協力をお願い致します。

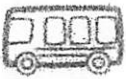
浜 区 定 例 行 事

- 高齢者ふれあいサロン（※通常のサロンはありません。）
11 月は雄信地区福祉委員会主催のサロンです。
バスで岸和田『五風荘』へ行き、食事会を開きます。先着 30 名となっておりますので、期間中、お早めにお申し込み下さい。尚、受付は来訪された御本人様のみとさせていただきますことご理解下さい。

日 時：11 月 14 日（火）11:30～15:45 頃
※11:15 浜区民センター集合

参加費：1,000 円（※食事は帆立釜飯御膳です。）

参加条件：浜区民である 65 歳以上の方

申込先：浜区民センター事務所 
※参加費を添えてお申し込み下さい。

申込期間：10 月 25 日（水）～11 月 1 日（水）

○ WAO体操 2

毎週火曜日 13:30～14:30

※ 参加費無料



○ やわらぎカフェ・浜（認知症カフェ）

11 月 11 日（土）13:30～15:30

※ 参加費無料



○ 子育てサロンおのしん

11 月 15 日（水）10:00～11:30

※ 参加費無料



★ 感染症拡大防止対策をとりながら実施します。なお、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。

お忘れではないですか？

10 月 28 日（土）9:00～10:00

トイレトペーパーの販売日です。
（※ 申し込み受付は 10 月 13 日で終了。）

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？ ☆☆☆

～ 秋の食べ物で健康になろう！！ ～

秋といえば「食欲の秋」。美味しい食べ物が豊富な季節ですね。
秋の味覚は、以下のような効果が期待できます。

秋の味覚

食 品	効 果
かぼちゃ	・ 粘膜や皮膚の健康維持に役立つ。 ・ のどや肺などの呼吸器を守る働き。 ・ ビタミン E を多く含むため、血流を改善し体を温める効果がある。
さつまいも	・ 食物繊維が多く、消化器系の働きを高めて、胃腸を丈夫にする。
くり	・ ビタミン C が豊富に含まれており、肌荒れや日焼け防止に効果がある。 ・ 高血圧・貧血予防にも効果がある。
柿	・ 酒の酔い覚ましに効果がある。 ・ ビタミン C が豊富に含まれており、シミやそばかすを予防する。
さんま	・ 善玉コレステロールを増やして悪玉コレステロールや中性脂肪を減らす。 ・ 脳の働きを活発にする。

秋は気温の変化が激しく、空気も乾燥するので風邪を引いたり、肌荒れを起こすなど体に不調が起きやすい時季でもあります。旬のものをバランスよく食べ体調を整えましょう。食べすぎには注意が必要です！！

<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。

