

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6年3月11日



＜ 区 の 動 き ＞

＜ 2月4日(日) ＞

- ・「サザンコーストB棟」三津井喜代栄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12日(月) ＞

- ・「第36組」北岡ツネヨ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14日(水) ＞

- ・畑に種芋の作付け作業実施
- ・区長連絡協議会幹事会



＜ 2月15日(木) ＞

- ・木陰公園内公衆電話ボックス撤去工事後の土砂流出防止策を住宅公園課へ依頼

＜ 2月16日(金) ＞

- ・りんくう(はらっぱ)公園周辺道路に防犯灯設置を要望

＜ 2月17日(土) ＞

- ・男里川一斉清掃活動

ご協力頂きありがとうございました。

- ・浜区防災バスツアー実施～堺総合防災センター～(参加者41名)

＜ 2月19日(月) ＞

- ・防災アプリのタブレット講習会参加(区長、清水防災部長)

＜ 2月20日(火) ＞

- ・市による、浜保育所移転工事・送迎用車両待機所に関する住民説明会開催

- ・市へ、新浜保育所前道路の整備・補修に関する要望書提出

＜ 2月21日(水) ＞

- ・「第42組」貴田マキエ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22日(木) ＞

- ・ワタキューセイモアの津波避難ビル申請説明に立ち会う。

＜ 2月28日(木) ＞

- ・「第28組」御代田幸雄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1日(金) ＞

- ・先の要望書(2/20提出)の件で再度訪問し、重ねてお願いして参りました。

＜ 3月4日(月) ＞

- ・旭工建から、新保育所前道路北側を全面舗装する協力を得たため、2/20の要望書を取り下げました。

【 3月理事会報告 】

- * 温水プール代替え問題…泉南市、阪南市両副市長との懇談会議事録について、送付確認付きを要求する。
- * 社会福祉協議会主催のひきこもり対策に協力する。
- * 北出元市会議員の配布ビラの訂正に関して…はま新聞で訂正箇所を周知する。※ 下記掲載

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。宜しくお願い致します。

第1ブロック	西川 悟さん (第26-2隣組)
第2ブロック	選定中
第3ブロック	選定中
第4ブロック	清水 明彦さん (サザンコーストA棟) 戸本希生子さん (サザンコーストA棟) 酒井 保助さん (サザンコーストB棟)

総会の日程が決定しました。

令和6年度の浜区総会の日程が下記の通り決定しました。

日 時：令和6年4月27日(土) 9:00～

場 所：浜区民センター 別館

- * 新旧役員及び、新隣組々長さんと該当する隣組(20戸以上の隣組)の代議員さんには後日、総会の案内をお出しします。この方々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。また、総会に出席の方は、4月中旬に全戸配布される総会草案をご持参下さい。

北出元市会議員配布ビラに関して

(誤り箇所)

昨年の秋、廃止の理由を清掃事務組合事務局長に尋ねたら、浜区の利用者が三人しかいないので泉南市の中心部に建て替える、浜区も納得しているということで、筆者は引き下がったのですが、…

(訂正箇所)

昨年の秋、廃止の理由を清掃事務組合事務局長に尋ねたら、浜区の利用者が三人しかいないので泉南市の中心部に建て替える、浜区も納得しているという事実と異なる回答がありました。

(浜区の見解)

浜区の利用者が三人というのは虚偽である。浜区は温水プール廃止等に同意していない。清掃工場建て替え案と温水プール等代替施設建設とはセットである。浜区は代替施設建設等を要求しているが、泉南市中央公園(仮称)に尾崎スイミングスクールが建設している会員制プールは、温水プール等廃止に伴う代替施設等ではないと回答、工事着工までプールの営業を要求している。

☆ 老人クラブから三つのお願いです ☆

① 老人クラブへのご加入を！

(浜区内に居住する60歳以上の方)

② カラオケクラブに入りませんか！

(懐メロ、新曲等大歓迎)



③ 有価物回収にご協力を！

(アルミ缶、段ボール、新聞、雑誌の持参)

※ 詳しくは老人クラブ幹事、若しくは浜区事務所へお問い合わせ下さい。

浜 区 定 例 行 事

○ 高齢者ふれあいサロン(65歳以上の方が対象)

4月9日(火) 10:00~12:30

春だよ!

花よりだんご大競争!

~ ゲームで楽しく、笑顔の花を満開に ~

※ 参加費 500円(昼食代)



○ WAO体操2

毎週火曜日 13:30~14:30

○ やわらぎカフェ・浜(認知症カフェ)

4月13日(土) 13:30~15:30

※ 参加費無料

3/9 第10回やわらぎカフェ・浜が開催されました!

認知症になって、新しいことは覚えられなくても、昔のことは覚えています。懐かしい頃の話には、笑顔がたくさん!そして長年培ってきた生活の知恵は、たくさんあります。そんな思い出話や生活の知恵をいっぱい、和やかに話すひと時となりました。

“素晴らしい仲間たちに出会えたことに
心から感謝いたします!”

講話タイムでは

「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」について少し説明がありました。認知症の知識に加え、認知症のある人の理解を深めることが大切です。誰もが人権と尊厳を守られ、自分らしく生きていける社会を作ることを目指しています。共に歩いていきましょう!

○ 子育てサロンおのしん

4月のサロンは お休みです。



5月より

第3水曜日 → 第1水曜日 に変更となります。

狂犬病の予防接種

下記日時、狂犬病の予防接種が実施されます。利用者の方は、お間違えのないようご来場下さい。また、今年より時間が短縮されておりますので、ご注意下さい。

日 時: 令和6年4月12日(金) 9:30~10:00

場 所: 浜区民センター 駐車場



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? ☆☆☆

~ 健康寿命を延ばすために ~

今月は、健康寿命を延ばすための「バランスの良い食事」について説明いたします。

【バランスの良い食事とは?】

バランスの良い食事とは、主食・主菜・副菜をきちんと組み合わせた食事のことをいい、ほぼ毎食、摂取することが理想的です。野菜だけでなく、乳製品、豆類、魚、卵などのタンパク質の豊富な食品や、エネルギー源となる穀類なども摂取できるよう、バランス良く組み合わせることが大切です。

主 食: ご飯、パン、麺類など

主 菜: 魚、肉、卵、大豆などを主な材料とした料理

副 菜: いも、野菜、海藻類などを主な材料とした料理

バランスのとれた食事を摂っていても、日本人は塩分を取り過ぎる傾向がありますので、減塩を心がけましょう。

【減塩のコツ】

・ 味噌汁は塩分が多い料理ですので、1日3回、召し上がっておられる方なら、2回に回数を減らすように心掛けましょう。

・ ソースやドレッシングなど、液体調味料を「かける」と、どうしても使用量が多くなりがちですので、「かける」よりも「つける」ことを意識しましょう。

・ ラーメンやうどんのスープは美味しいので、つい飲みすぎてしまいます。しかし、スープをぜんぶ飲み干すと、1日分の塩分を簡単に超えてしまうので要注意です。

来月は、適度な運動について説明します。

<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。

リバースのトイレtpーパー特別販売

恒例となっております、リバースのトイレtpーパー特別販売が4月20日(土)に実施されます。

詳細は今回、同時配布しております注文書でご確認下さい。