

おの民児協だより

小野地区民生委員児童委員協議会

小野学区の お元気さん

今回ご紹介する仲かをるさんは、湖青二丁目に住んでおられ、周りの人に元気をくれる笑顔の持ち主です。

小野公民館や小野小学校で用務員さんとしてご勤務される傍ら、市の文化祭に作品を出品されたり、小野小学校に油絵を寄贈されるなど多彩な活動をされていました。それらの作品からは、仲さんの温かい人柄や優れた画才が伝わってきます。

ほかにも、詩人としての一面もお持ちで、平成3年に大津市合唱連盟が『琵琶湖周航の歌』に代わる歌を作ろうと詩を公募したとき、仲さんが応募された『大津からあなたへ』が採用されました。その歌は、毎年開催される大津市合唱連盟主催のフェスティバルで、30年経った今でも歌われています。

現在、仲さんの一番の楽しみは、縫い物や編み物などの手仕事をする時間だそうです。7年位前には同好の人たちと、「一緒におしゃべりをしながら脳や地域を活気づけたい」という思いから『湖青ニコニコ』というグループを立ち上げられました。また、小野公民館では『プラス手芸』というサークル名で活動されています。ただ今、仲間を募集中とのこと。おしゃべりをするだけでもいいので、気軽に参加してもらいたいとのこと。 (ご興味がおありの方は、お近くの民生委員児童委員まで。)



《仲かをるさん》
(ご自宅前にて)

健康の秘訣を伺ったところ、「特に何もしていません」とおっしゃっていましたが、何事にも積極的に取り組まれているのが元気の源だと拝察しました。

大津から
あなたへ
玉井 明 作曲
仲かをる 作詞
お元気ですか 久しぶり
私の大津へ 来ませんか
比叡の山なみ 朝もやと
小鳥のさえずり 水の音
窓辺の花も 咲きました
ブーケを作っていきましよう
あの銀色のびわ湖まで

《朝を叙した一番の詩。昼・夕も含めた全編はYouTubeで視聴可能です》



《小野小玄関口からの風景画》
(校内掲示中)

困りごとがあれば民生委員児童委員に気軽に声をおかけください



子どもに関すること

- 子育てについて
- いじめについて
- 虐待について 等

高齢者に関すること

- 介護保険について
- 一人暮らしで不安なことについて 等



障がい児・者に関すること

- 外出時の支援について
- 障がい者手帳の交付について 等

その他 生活全般に関すること

- 健康について
- 生活保護について
- 貸付制度について 等



健康にお過ごしですか？

～ コロナに気をつけ、ココロもカラダも健康に ～

バランスの良い食事は免疫力の向上につながり、口の中を清潔に保つことは感染症の予防にも有効です。

コロナウィルスに負けず、健康維持を心がけましょう

栄養バランスの良い食事をよく噛んで食べましょう

ま



まめ
納豆
豆腐
味噌

ご



ごま
黒ごま
白ごま

わ



わかめ
ひじき
のり
昆布

や



やさい
緑黄色野菜
根菜

さ



さかな
青魚
小魚

し



しいたけ
えのき
しめじ
まいたけ

い



いも
さつまいも
じゃがいも
里芋

お口のケアを欠かさずにしましょう

歯磨きを忘れずに



「義歯」の清掃も大切



「口を動かす」ことを増やす



口や口の周囲の動きをよくする体操



●口を閉じて頬を膨らませたり、すぼめたりする。



●口を大きく開けて舌を出したり引っ込めたりする。



●舌を出して、上下左右に動かす。



●口を閉じて口の中で上下左右に動かす。

『学び』を守る支援があります

新型コロナウイルス感染症の影響で学費等支援が必要になった方へ
経済的支援制度等の紹介です。

入学金・授業料の支援

高等教育の就学支援新制度(授業料等減免・給付型奨学金)
日本学生支援機構の貸与型奨学金
授業料の納付免除・延納、減免や奨学金等
生活福祉資金貸付金(教育支援資金)
母子・父子寡婦福祉貸付金(就学支援資金・就学資金)

各大学の学生課等窓口
各大学の学生課等窓口
各大学の学生課等窓口
大津市社会福祉協議会 ☎525-9316
子ども家庭課 ☎528-2686

アルバイト学生の支援

新型コロナウイルス感染症対応休業支援金・給付金
厚生労働省新型コロナウイルス感染症対応休業支援金・給付金コールセンター ☎0120-221-276

就業援助費支援

就学に必要な経費(学用品費など)の一部 学校教育課 ☎528-2967

子どもの学習支援

文房具支援、生活支援物資 大津市社会福祉協議会 ☎525-9316

どこに相談してよいかわからない時

各種支援策のワンストップ相談窓口 滋賀県行政書士会 ☎525-5670

『健康ひとくちメモ』

日々の暮らしを愉快地に過ごすには「キョウヨウ」と「キョウイク」が大切だといいます。
「**今日、用**がある」と「**今日、行**くところがある」……この二つが健康の秘訣!!

今回の紹介スポットは、「柳の枝に何度も飛びつく蛙の姿を見て、何事も努力すれば必ず目的は達成できるものだ」と気づき、書に励んだ」という話で有名な小野道風(おののとうふう)ゆかりの『小野道風神社』です。

小野道風神社は平安時代中期の書家で藤原佐理(すけまさ)、藤原行成(ゆきなり)とともに三蹟と称される小野道風を祭神とし、南北朝時代・暦応4年(1341年)に建立されました。

小野児童館から小野の里に下る道を歩いて行き丹出小橋を渡り左側を歩んでゆくと鳥居が見えてきます。竹林に囲まれた繁みの中、石段を上った所には、こんもりとした木立の中にひっそりとたたずむ切妻造りの本殿は国の重要文化財に指定されていて向拝(こうはい)まわりには唐草彫刻の優秀な手挟み(たばさみ)が施されています。



《 小野道風神社 》



画 井上孝之様(小野学区在住)

活動の一時休止のお知らせ

新型コロナウイルスの状況を踏まえ、下記期間、休止することとしました。
活動再開後、お元気な皆様にお会いできることを楽しみにしています。
活動休止期間：令和3年4月～9月

《 令和2年度下半期 活動風景 》



10月 健康バンド体操



11月 いきいき健康長寿体操



12月 スペシャルメニュー



1月 笑いヨガ

《 ピンころポスター 令和3年度版 》

ピンころで壁を乗り越えろ
※「壁」の文字に「コロナ」が
隠れています。



「いのちのボタン」の備えは大丈夫？

緊急時、救急隊員などに必要な情報を知らせるために、医療情報（名前、緊急連絡先、持病、服薬情報、かかりつけ医など）を記入した専用の用紙を冷蔵庫で保管する容器が『いのちのボタン』です。

《 使い方 》

1. 救急医療情報用紙に自分のことを記入します。
2. 救急医療情報用紙を丸めてボタン（容器）の中に入れます。
3. 「いのちのボタン」を冷蔵庫に入れます。
4. 冷蔵庫のドアと玄関の内側にシールを1枚ずつ貼ります。

ときどき、「いのちのボタン」の中身を見直しましょう。

主治医は変わっていませんか？

お薬は変わっていませんか？ 緊急連絡先は変わっていませんか？

【問合せ先】 お近くの民生委員児童委員



《 小野地区民生委員児童委員 》

湖青 1	岩瀬 任子	090-3859-6006	水明 1	谷 千種	594-3863
湖青 2	高島 三男	594-1245		花實 隆司	594-2510
	西條 道子	594-1727	水明 2	今村 民子	594-3376
朝日 1	梶谷 和子	594-2008		東 みどり	594-2927
	後藤 忠久	594-1579		川口 一義	594-4628
朝日 2	轟池 明良	594-2236			
	渡邊 尚美	594-5393	主任児童委員	河野 千代美	594-5253



民児協イメージキャラクター
『びわっ湖ミンジー』

民生委員児童委員には「守秘義務」があります。相談内容や秘密が他に漏れることはありません。