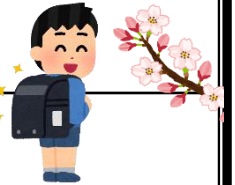


長生きお達者通信

令和6年4月
第68号



発行 南山城村社会福祉協議会

京都府相楽郡南山城村北大河原大稲葉4
電話(九三二)二〇一・FAX(九三二)二二二



今月の一句

木ユがくれて

茶摘チャツミもきくや

時鳥ホトトギス

松尾芭蕉

出典 別座舗・炭俵 他



宇治の茶畑の上を時鳥ホトトギスが鳴きながら飛び去った。こんもりと茂った茶の木に隠れて姿の見えない茶摘み女たちも、今の一声を聞いただろうか。

お達者通信 第六十八号 発行



四月になりました。今年は雪を見るのが少ないと思っていましたが、三月中旬の思わぬ雪と気温差に驚きました。雨の日も多く、桜の開花予想も、だんだんと日程がずれていましたね。

天気の良い日は、お花見を楽しもうと思っています。桜並木がとてもきれいな、お気に入りの場所があり、毎年その場所へ桜を見に行くことを楽しみにしています。春になると、なんとなく気持ちも明るくなりますね。

本郷支部「高齢者のつどい」が開催されました



三月五日(火)本郷支部(木村支部長)主催の「高齢者のつどい」が五年ぶりに開催されました。(参加者・二十一名)バスに乗って奈良県宇陀市にある大衆演劇「やまと座」で観劇を楽しみました。車内では、同じ地域に住んでいてもなかなかゆっくりお話する機会が少ないこともあり、会話を楽しませていました。鑑賞後には、演者さんとの握手や記念撮影をされた方もいらっしゃいましたよ。

参加者からは「楽しかった!」との声も聴かせていただき、楽しいひと時を過ごされました。

<今月の脳トレ>

桜には人をどんなふうにする作用があるでしょうか？

1. 気分を高揚させる
2. 気分を落ち込ませる
3. 気持ちを癒す

地域の中での居場所づくり・ふれあいサロンを始めてみませんか？

現在、村内二か所（本郷・月ヶ瀬NT）で定期的にふれあいサロンが開催されています。このサロンは身近な場所で「だれでも」「気軽に」「無理なく」「自由に」「楽しく」集える地域の交流の場で、住民と参加者が一緒に企画や運営をしていく仲間づくりの場です。どなたでも参加可能ですので、ぜひ一度参加してみませんか。

また、みなさんも地域の中でふれあい・いきいきサロンを開催してみませんか？サロンの立ち上げ、運営についてのご相談は、社協までお気軽にお問合せください。



本郷ニコニコ会（第3水曜日）



月ヶ瀬NTいきいき元気広場の会（第2・4月曜日）



四月のお知らせ



- ・人権・行政・困りごと相談

四月二十二日（月）午前九時三十分～ 南山城村役場 会議室

心配ごとや人権に関する問題、困りごとなど

- ・健康相談・福祉なんでも相談

四月十九日（金）午後一時三十分～ 童仙房公民館

保健師による血圧測定や健康相談

社協相談員が相談もお受けしています

- ・司法書士無料法律相談（山城南地区社協主催）

四月十日（水）午後一時三十分～ 和東町社会福祉センター

〔申込み〕南山城村社会福祉協議会 ☎〇七四三九三二二〇〇

〈申し込み受付〉四月一日（月）～

令和6年能登半島地震災害義援金の受付

令和六年一月一日に発生した能登半島を震源とする地震により、北陸地方を中心に人的及び家屋への甚大な被害が発生しております。この災害で被災された方々を支援することを目的に、中央共同募金会、石川県・富山県・新潟県・福井県の各県共同募金会が義援金の募集を実施しております。

南山城村では、南山城村共同募金委員会を通じて、役場及び社会福祉協議会の事務所に募金箱および受付窓口を設置しております。皆様のご支援とご協力をお願いいたします。

受付期間 … 令和六年一月五日（金）～十二月二十七日（金）

（被災状況に応じて受付期間を延長する場合があります。）

○ お問合せ … 南山城村共同募金委員会（電話：九三二二〇〇）

答え：1. 気分を高揚させる

桜の花粉には「エフェドリン」という物質が含まれています。この物質に人間の興奮を誘発させる作用があるそうです。お花見で盛り上がりテンションが上がりがちなのは、この「エフェドリン」の作用かもしれませんね。