

交通安全のぼり旗たて

総務企画部では5月8日(日)、春の交通安全運動(5月10日から5月20日)に先がけ、交通安全のノボリを立てました。事故の無い大国を目指して安全運転をお願いします。



除草作業

大国地域振興協議会部員により施設周辺の除草作業を実施しました。天候にも恵まれ、作業がはかどり、約1時間で周辺が綺麗になりました。とても気持ちの良い汗をかきました。



猪小路竹林整備

4月17日快晴の日曜日、竹林組合有志による2年目の整備を行いました。当日は、下生えの除去、今冬の大雪で折れた竹の伐採、切捨ててある竹の整理など、急坂に喘ぎながらの作業に汗を流しました。ところで、整備場所は日当たりのいいところですが、今年の寒さと裏年の影響で、生えている筍はほんの数本だけでした。



倭区 環境整備・放水訓練

4月29日(日)倭区では毎年恒例となりました環境衛生事業で川ざらいを実施しました。昨年からは環境衛生事業と放水訓練を一体化して考えており放水訓練をあわせて実施しました。今年は南部町役場の渡辺さんに指導を受け、ホースのつなぎ方、水栓の回し方などを教わりました。青空に綺麗な放物線を描いて水が飛び歓声が上がりました。



原区 防火水槽清掃作業

5月3日、原地区内の防火水槽の清掃を地区有志(区役員・消防団・自警団地)21名により実施しました。前回の清掃から10年以上もたっていたため、ポンプで排水した後は、泥が膝まで溜まっていた…最初は泥を大型袋に入れ、ユニックを使って持ち上げていましたが、袋が破れるというアクシデントのため途中からはバケツリレーで取り除きました。地区のために皆が協力しあって防火水槽清掃をしたことで、全員が泥だらけの顔でしたが、とても自分たちの仕事に満足し、嬉しそうな顔となっていました。これを機会に、より一層地域の皆が協力し、いろいろな問題に取りくんでいくことができるでしょう。



健康コーナー

「お酒をよく飲む人のために・・・」

これから、夏にむけてアルコールの量が増える方も少なくないと思います。飲み過ぎないように、そして健康的に飲むために・・・

飲む前と後の緑茶が2日酔い予防に効きますよ!!

お茶の中に含まれているカテキンが、胃の粘膜を保護し、消化を助けてくれます。また、お茶にはビタミンCが多く含まれており、2日酔いを防いでくれるのです。

飲み方としては・・・
90～100度のお湯で煎れたお茶がより効果的!! カテキンやカフェインが多く溶け出しているのです。
また、1晩おいたお茶は、カフェインがさらに40%くらい溶け出しているため、「今夜は飲むぞ!!!」と決まっている日は、翌日の朝用にお茶を用意しておいて、目覚めにグイっ!!!と一杯飲むと、2日酔いもなくすっきり1日始まりますよ。

ただ、飲み過ぎには注意してくださいね・・・



記：鍋倉区 山岡加奈子