



5月8日、今年も消火栓マンホール蓋等の維持点検を行いました。原区では防災の取り組みについて改めて話し合い、防災意識の向上を図るとともに取組を深度化していきたいと考えています。平成28年を防災・減災の再スタートの年にしたいと思います。

原区長 加納郁夫



北方地区は南に田園が広がり日の出と共に大山の雄姿と陽の恵みたっぷりの集落です。これからは農業機械の音と人の往来で活気ある季節。私は非農家ですが農業視察と称し先輩方の畑を見回り、参考にしているつもりですが毎年失敗、来年こそは来年こそはと二十数年。今年はどうなることか。

北方区長 組田和敏

6月の予定

- 6月5日 町内一斉清掃
- 6月5日 春のグラウンドゴルフ大会
- 6月14日 健康講座

こちら大國編纂局

編纂後記

5月の連休に息子たち家族と共に子どもの日の祝いを兼ねて、岡山のおもちゃ王国へ遊びに行ってきました。（たくさんの子供連れてにぎわっていました。）孫たちも大喜びで元気に走り回っていました。帰りは孫も私もクタクタで車で寝てしまいました。（長田 段塚）とても良い天気の中、ラジオ体操

をして除草作業からのまめなかや畑の植付けを行いました。外で身体を動かすのは本当に気持ち良いなあと思いました。今から秋の収穫祭が楽しみです。（原 加納）中学校生活29日目。なんとなくなってきた中学校生活。今日（5/17）は球技大会。キックベースで3位に入賞。初めてやったけど、すごく楽しかった。部活や勉強、これからはがんばっていききたいと思う。（鍋倉 彩理菜）



後列左から 持田(正)、持田(久)、段塚、松本
 前列左から 山崎、山岡

広報

おおくにおおおくに

第107号 平成28年5月18日発行
 大國地域振興協議会(おおくに田園スクエア内) 電話 66-5266



大國主命

まめなかや畑で植え付けだーい



5月15日（日）一斉ラジオ体操、除草作業に続いてまめなかや畑でさつまいもや落花生の植付を行いました。約半年間に及ぶ長丁場の事業ですが、秋の収穫に向けていよいよ世代間交流事業がスタートしました。植付に参加していただいた皆さんが顔を揃えて収穫祭を祝えたら、こんなに嬉しいことはありません。今から収穫が待ち遠しい初夏です。

地域守り隊始動



地域づくり部を中心に昨年発足した「地域守り隊」が今年も始動しました。地域のひとり暮らしの高齢者の皆さんの困りごとなどの相談に乗れたらとの思いから発足した事業です。見かけたら一声かけていただき皆さんも一緒に活動しましょう。

昨年お届けした薔薇に今年も蕾がきたそうです。

防災点検

まめなかや畑の植付後総務企画部では消防設備の点検に出発。今回は鍋倉、与一谷、猪小路、北方集落でした。この点検は全国的に消防ホースの先端部分（管槍）の盗難が多発していることをうけて、格納箱に鍵をかける訳にはいきませんから集落でもされている点検にもう一つプラスして総務企画部でも点検を実施するものです。



まちの保健室 食べる+1!

夏勝ち! 暑さと戦うあなたに
6月3日(金)10時~11時
おおくに田園スクエア

大国 まちの保健室
日付:毎月第1金曜日
場所:おおくに田園スクエア
内容:9時30分~11時30分
健康相談:10時~11時
オリジナルメニュー:ゴムバンド体操、笑いヨガ、食べる+1を月替りで行っています。



食べる+1シリーズは「まちの保健室」でおいしい試食と今日から役立つシビを紹介しします。今回の試食は「豚肉のオイスターソース炒め」

健康コーナー



「少量の酒は薬・多量の酒は毒」

適度のアルコールは、食欲をわかせる、血行をよくしたり、リラックスさせたりします。実際、少量のアルコールは、善玉コレステロール値を上昇させたり、血液を固まりにくくする働きもあります。しかし、あくまでも、適量を守ってのこと!!
多飲酒を続けていると、肝機能障害・肥満・脂質異常症を引き起こしてしまいます。

- アルコールは適量を守って楽しむ
(ビールなら500ml 日本酒なら180ml 焼酎なら60ml)
- 週に2日は休肝日をつくる
- 健康的に楽しむコツをマスターする
例えば・・・
タンパク質のつまみを一緒に取る。晩酌程度にとどめ、寝る間際まで飲まない。
アルコール類の買い置きはしないなど、...

くれぐれも健康を損なわないようにしましょうね。

記 鍋倉区 山岡 加奈子

一斉ラジオ体操&除草作業



5月15日(日)朝7時から参加者全員によるラジオ体操に続いて除草作業を実施し、スクエア周辺が見違えるようになりました。有難うございました。

