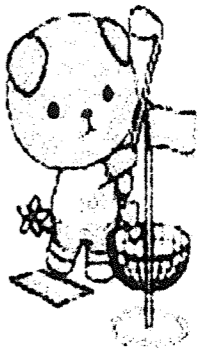


# ふかまのまど

第三三三二〇年六月日  
発行元 深町連合町内会  
連絡先 六三三三九二一

TBG協会だより

ターゲット・バードゴルフ



四月からのTBG月例会は、新型コロナウイルス感染防止に伴い中止しています。

コミュニティボックス 終了のお知らせ

ニチエー中之町店にて設置していただきましたコミュニティボックスが四月末日をもちまして終了致しました。期間中は町内外の皆様のおかげでご理解とご協力を頂きまして心より厚くお礼申し上げます。皆様からいただきましたご好意はこれからの活動に又、コースの整備・維持・管理に使わせていただきます。有難うございました。

TBG事務局 天木 雅之  
(TEL 六三三二九〇)

町内各種団体等の代表者は次の方々です。

- |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |          |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|----------|
| 連合町内会 | 上町内会  | 中町内会  | 下町内会  | 町民会館  | 農協    | 水産会   | 深小    | 深中    | 如水館   | サンライズ | ピッコロ  | 消防団   | 女性会   | はなみずき | 壮年会   | 三原市TBG協会 |
| 長 志 孝 | 長 藤 上 | 長 秋 敏 | 長 秋 敏 | 長 秋 敏 | 長 秋 敏 | 長 秋 敏 | 長 秋 敏 | 長 秋 敏 | 長 秋 敏 | 長 秋 敏 | 長 秋 敏 | 長 秋 敏 | 長 秋 敏 | 長 秋 敏 | 長 秋 敏 | 長 秋 敏    |
| ▲ 秋 敏 | ▲ 秋 敏 | ▲ 秋 敏 | ▲ 秋 敏 | ▲ 秋 敏 | ▲ 秋 敏 | ▲ 秋 敏 | ▲ 秋 敏 | ▲ 秋 敏 | ▲ 秋 敏 | ▲ 秋 敏 | ▲ 秋 敏 | ▲ 秋 敏 | ▲ 秋 敏 | ▲ 秋 敏 | ▲ 秋 敏 | ▲ 秋 敏    |

## 深町子どもを守る会

子どもをみんなで守りましょう。



- 午後四時前に下校します。
- ※下校時間は日によって異なることがあります。
- 近くで、遠くで、みんなで見守りましょう。
- あいさつ
- 声かけをしましょう。

## 歩く会にご参加を

六月の歩く会は、新型コロナウイルスの関係で休みとします。



○城山サロン(毎月第二水曜日)は六月も休みとします。

「ふかまのまど」ホームページのアドレスは <http://www.jcat.ne.jp/~fuka/top.html>

## 高齢者相談センター

電話 六一四四一〇

高齢者相談センターどりいむでは、高齢者の日常生活のあらゆる相談に応じています。お気軽にご連絡ください。(相談は無料です)

## 認知症対応向上研修を行いました

認知症初期集中支援チームと一緒に、介護保険サービス事業所を対象に、認知症の人への対応の基礎を復習していただき、日頃の業務で認知症の人への対応で苦慮されている事例の検討などを行いました。

令和1年度は、ヘルパー事業所、小規模多機能型居宅介護事業所、デイサービス事業所で合わせて6事業所が受けられました。

日頃の事業所内勉強会や新人研修等でご活用下さい。ご希望の事業所は、高齢者相談センターどりいむにご連絡ください

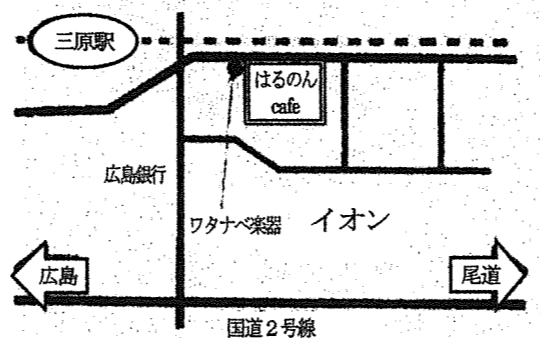
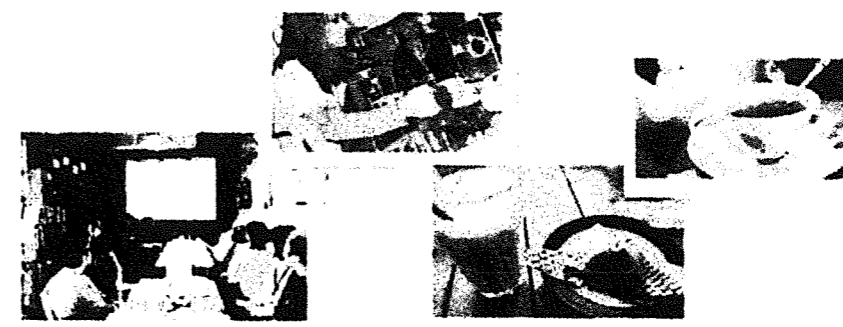


研修に参加された方からは、視点を改めて新しい発見ができた。行動・心理症状はケアによって改善できることがわかったなどの意見をいただきました。研修を主催した私たちも事例を一緒に考えることでとても勉強になりました。

## のんびりカフェを開催しています

のんびりカフェでは、三原市在住のもの忘れが気になる人やそのご家族に、楽しくゆったりとしたひとときを過ごせる場を提供します。

日時：毎週第3(金) 10時~11時30分  
場所：はるのんカフェ 三原市城町2-2-4  
参加費：300円飲み物・お菓子代 ※送迎はありません



三原駅から高架沿いに東へ徒歩3分  
ワタナベ楽器東 駐車場3台  
満車の場合は広島銀行の駐車場(有料)又はイオンの駐車場を利用ください。

## 深町の植物

力石 卓夫(三原市宗郷)



名前の由来は、沢に生育するヒヨドリバナという意味。(ヒヨドリバナはヒヨドリが山から人里に下りてきて鳴く頃に開花することから)

※九月十五日撮影

## 謹んでお悔やみ申し上げます

岡本 正 一様 八十三歳  
岡本 誠 様 五十八歳  
岡本 仲睦 様 五月二十一日

## 深町各種団体六月行事予定

- ◆上組町内会 七日
- ▼公民館横草刈り(予備日) 一四日
- ◆小学校 一日
- ▼委員会 二九日
- ▼クラブ 一日
- ◆如水館中学・高校 一日
- ▼面談(一~五日) 一九日
- ▼漢字検定 二二日
- ▼オープンスクール 二八日
- ▼英語検定(二次) 三〇日
- ▼期末テスト 三〇日

## 笑いは百薬に勝る(第十一回)

日本笑い学会副会長 医師 昇 幹夫

## 四、笑いの医学的考察

気がはついているときはカゼをひかないけど、気がぬけた途端カゼひいたなんて経験があるでしょう。体内の防衛システムである免疫系と心は密接に関連していることがわかり精神神経免疫学が誕生しました。それらの情報伝達物質のひとつに今注目の脳内麻薬エンドルフィン(内因性モルヒネ)があります。ハリ麻酔のときに増加する報告もあり、運動会どころんだ時さほど痛くないのもこのためです。

ラマーズ法で上手な呼吸法をするとうと安産になるのも、ランナーズ・ハイというジョキングで気分が高揚するのもこれの作用だと考えられています。最近では気分を良くするだけでなく癌細胞の増殖を抑える働きがあることも判明しました。

薬の効果を検討するとき、別のグループには見かけは同じでも薬理学的効果のない偽薬を与えますが、その群でも何割かは本物のまませたのと同様の効果があります。これは「この薬を飲むと治る」という強い期待がエンドルフィンを増加させ、自然治癒力を高めるからです。プラセボはラテン語で喜ばせる、プレジャー(喜び)と同じ語源です。だから砂糖の錠剤でも頭痛に効くわけですね。

## ごみのポイ捨てはだめ

深町をみんなでごみのないきれいなまちに犬のふんは飼い主の責任でしまつしましょう。