

ふかまちのまど

第三〇号 二年一月二日
発行元 深町連合町内会
連絡先 六三二九二二

深小だより

新年を迎えて

今年もよろしくお願ひいたします。

深小学校長 坂井 美由紀

新年、あけましておめでとうございませう。旧年中は、地域や保護者の皆様から深小学校に対してたくさん温かいお力添えをいただきました。ことを心より感謝申し上げます。本年もどうぞよろしくお願ひいたします。

二学期をふり返ってみますと、子どもたちのがんばりはもちろんですが、いつも地域や保護者の皆様の温かいご支援ご協力をいただく中で、教育活動が推進できていると実感し、重ねて感謝申し上げます。

この二学期の子どもたちの学習の様子をお知らせします。

一つ目は、今年度、地域の方から休耕田を活用したサトウキビ栽培の情報をお知らせし開始した「深小ざわわプロジェクト」前々回の「ふかまちのまど十一月号」では、五・六年児童がサトウキビのことを地域の方にも知っていただくことを考え、取組を進めさせていただきました。学習を決めていくことを繰り返しながら、サトウキビの栽培を進め、十二月六日、収穫の時間を迎えました。「かんきよう会議うきしろ」の代表でもある森塚佳世子先生をはじめ、メンバーの方の協力を得て、休耕田に植え、また、その日の午後、学校に植えたサトウキビを三・四年生が収穫しました。児童は、初めての体験に目を輝かせ、メンバーの方が言われることをしっかりと聞きながら、鎌でサトウキビの根元近くをゆつくりゆつくりと刈り取っていききました。刈り取ったサトウキビは専用の機械で順番に絞り、その後、絞りを五・六年生が煮詰めて黒蜜を作りました。「サトウキビが約三メートルにも成長するとは」「絞り汁が出てきた」「本当に黒蜜ができる。」など、新たな発見と実感のある体験となりました。また、さらに知りたくなった児童もいます。今後の学びに期待するとともに様々な人との出会いやご支援に感謝です。

二つ目は、中学生が毎年行っている「サンライズ大池」との交流。今年度は、コロナ禍のため、これまでと同じ活動（交流）は難しいけれど、自分たちができることはないかと考えました。児童が考えたことは、ビデオレターとしおりのプレゼント、メッセージを届けるというものでした。今の状況の中、利用者の方を笑顔にすることを一番に考え、「うれしかな」「元気になつてもらえるかな」と、相手のことを思い、話し合ったり改善したりしながら協力して準備を進める姿に子どもたちの温かい気持ちを感じられました。誰

かのためになることを考えながら、その誰かのためを思っ、行動することの大切さを改めて感じました。

今後、友だちと力を合わせ学習をいろいろな場で進めていきます。そして、学習したこと、体験したことを自分たちの生活や、より良く生きる判断につなげていけるよう、三学期からも教育活動の充実を努めたいと思います。引き続きご支援をいただきますようお願い申し上げます。

よい年をお迎えください

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

サンライズ大池だより

新年の挨拶

サンライズ大池 施設長 河野 芳満

年頭に当たり、謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

深町の皆様と共に、当施設も新しい年を迎える事ができました。事は、ひとえに地域の皆様方の変わりぬご支援、ご協力の賜と深く感謝申し上げます。

新型コロナウイルスの影響により、生活様式が大きく変化した年となりましたが、当施設におきましては、ご家族の面会制限や演芸行事の中止、ボランティア受け入れ中止など、日頃の健康管理に加えて「三つの密を避ける」感染予防に努めております。今後も市内の発生状況を注視しながらご利用者・職員の健康を第一に施設運営に取り組みまいります。

また、昨春から受入開始しました技能実習生（インドネシア）三名につきましては、実習開始当初はバス通勤をしておりましたが、現在は施設送迎にて勤務し、日々明るい笑顔で介護技術を学んでいます。日本語の習得も早く、ご利用者の方々と、円滑に会話する場面が増えてまいりました。

今春から更に三名の技能実習生（インドネシア）を受入、計六名での体制を計画しております。

これからも、地域の皆様に愛される施設となります様、日々のケアに取り組みまいりますので、より一層のご指導、ご鞭撻をお願い申し上げます。

本年が皆様にとりまして、健康で素晴らしい年となりますようお祈り申し上げます。新年の挨拶とさせていただきます。

歩く会に参加して

拳骨和尚の済法寺参拝

上組 紙谷 謹一

十二月八日（火）、「歩く会」では参加者九名でJR尾道駅周辺を散策しました。

尾道駅舎で営業していたテナントの一部はコロナの影響で、すでに閉店したのもありました。

駅裏を歩いていると小高い所（尾道市栗原東一丁目）に寺が見えたのでその寺を訪ねました。ちょうど、この時外出から帰ってこられたご住職からこの寺の歴史や近頃の豪雨災害による墓地の一部崩落（土砂に埋もれた遺骨は全て無事発見された）等についていろいろとお話を伺いました。

この寺は幕末に「拳骨和尚」が活躍した「済法寺」でした。寺に入った所に看板があり、寺の歴史や拳骨和尚についても書かれています。

拳骨和尚については次の通り書かれています。

当山九世物外不遷大和尚（慶応三年十一月二十五日遷化）は、世に「拳骨和尚」と親しまれた曹洞宗の傑僧です。柔術不遷流の開祖で剣・槍・鎌など武術の達人で、多くの弟子を抱えました。一方、俳人松尾芭蕉の信奉者であり、自ら蕉風門下をもつて任じ多くの名句を残しました。また、その書画は、力強さの上に自由奔放、軽妙洒脱の風格を具え、尺八、笛にも長じ、優れた文人僧の側面も伺うことができます。晩年は、幕末動乱のさなか、平和を願って朝暮間を東奔西駕し、その旅中で果てた勤王僧であり、辞世の句「太平を待ち奉る寒さかな」を遺しておられます。「奇僧」ともいわれた物外不遷大和尚の一生をつらぬいたものは、禅僧としての桁外れの慈悲心の発露であったと言ってもよいでしょう。現在、お寺にはゆかりの品々が保存され、尾道市文化財に指定されています。



「拳骨和尚」「済法寺」のことは子供の頃から少し知っていたのですが、そのお寺がどこにあるのかわかりませんでした。たまたま「歩く会」で歩いていて偶然に見えてきました。ご住職からも貴重なお話を聞くことができ、誠に有り難くもあり幸せに思いました。

謹んでお悔やみ申し上げます

岡崎 壽美 様 七十六歳
（中組 千川講） 九月二十四日
森 本 笑 人 様 八十七歳
（中組 東峰講） 十月五日

深町各種団体一月行事予定

- ◆連合町内会
- ▼ビーチボール大会 一七日
- ▼小学校
- ▼授業日 六日
- ▼始業式・委員会 七日
- ▼PTA役員会 八日
- ▼クラブ 八日
- ▼漢字検定 二八日
- ◆如水館中学・高校
- ▼入学入試 五日
- ▼始業式 七日
- ▼高校入試 一三日
- ▼大学入試共通テスト 一六・一七日
- ▼導引一見記述試験(SA・二年) 一七日
- ▼実力診断テスト(B・二年) 一八日
- ▼英語検定 二二日
- ▼小論文ゼミナール(高一・二年) 二七日
- ▼漢字検定 二八日

歩く会に参加を

歩く会幹事

石井 堂照

小泉町

出雲大社備南教会周辺



月 日 一月十九日（火）
予備日 一月二十一日（木）

行程

九時〇〇分 深町上組公民館発（車）
九時三〇分 出雲大社備南教会より 探検開始

探検開始

十一時三〇分 探訪終了 昼食
十三時三〇分 深町上組公民館着（車）

※コロナの状況によっては中止することもあります。
※二月は休みます。

深町子どもを守る会

子どもをみんなで守りましょう。

深小の子供は



○午後四時～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。

○近頃は、遠くへ、みんなを

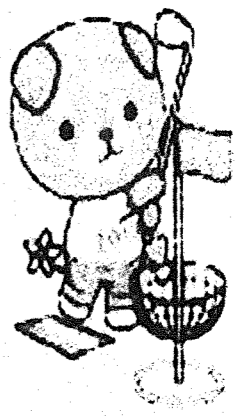
見守りましょう。

○あいさつ

声かけをしましょう。

T B G 協会だより

**第百二回三原市月例
ターゲット・バードゴルフ大会**



第百二回三原市T B G月例会大会が十二月五日(土)に深町・城山コースにて行われました。成績は次の通りです。

- 一位 林 洋祐
- 二位 石井 張司
- 三位 井上 幸子
- ベスグロ六十八 井上 幸子

ホールインワン 谷岡 義昭

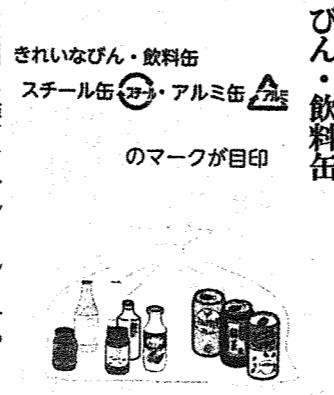
二人組戦 石井 張司

次回大会は一月十六日(土)に行います。本年もどうぞよろしくお願い致します。

※選手の敬称略
T B G事務局 天木 雅之
(TEL 六三一―二九〇)

家庭ごみの出し方

令和2(2020)年10月1日からごみの分別方法が一部変更されました。



びん・飲料缶
きれいなびん・飲料缶 スチール缶(アルミ缶)のマークが目印
※同じ袋に入れられます。
※資源化します。内容物は除き、水洗いして下さい。
※汚れが落ちないものは「不燃物」へ



ペットボトル
ラベル・ふたをはずしたペットボトル
※資源化します。内容物は除き、水洗いして下さい。
※汚れが落ちない物は「もやすごみ」へ

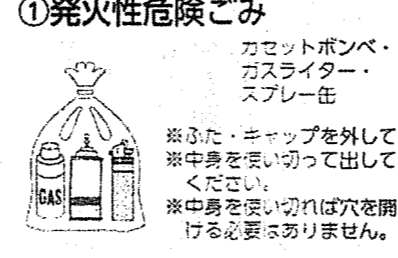
●ふたとラベルは取り除いて、「容器包装プラスチック」に出してください。
●内容物は除き、水洗いをしてください。
●透明か中身が見える袋(45ℓ以内)に入れ、袋の口をしっかりしばって出してください。
●油のペットボトルは、「もやすごみ」で出してください。
●不燃物処理工場へ直接搬入する場合は、中身が確認できるようにしてください。



●容器包装プラスチック
発泡スチロール
食品トレイ
ペットボトルのラベル・ふた
シャンプーボトル など

※資源化します。内容物は除き、水洗いして下さい。
※汚れが落ちない物は「もやすごみ」へ
※不燃物処理工場へ直接搬入する場合は、中身が確認できるようにしてください。

●発火性・有害ごみ
別々の袋に入れて出してください。



●電池
乾電池・ボタン電池・リチウム電池
●箱蓋をセロテープなどで封鎖してください。



●電池の外せない小型家電・充電式小型家電
●ゲーム機、電気かみそり、電動歯ブラシ、電子たばこ、モバイルバッテリーなど

大型ごみ
不燃物で、たて・よこ・高さの合計が概ね150cmを超えるものは事前に予約が必要です。(ただし二人で積み込み出来ない物は収集できません。)

電話をされるときは、品目・数量とごみステーションの位置を知らせてください。(1回につき3点まで)

予約制
大型ごみは、収集日前日(土・日を除く)の**16時30分**までに電話してください。
TEL(0848)63-1210
FAX(0848)67-6069



家具類(木製を除く)
パイプベッド
定置みシン(ポーラミシンは不燃物)
スチール製本棚
スチール製机

大型の家庭用電気器具類
オルガン・電子オルガン(二人で積み込み可能なもの)

自転車等
自転車(子ども用含む)
手押し車(一輪車)

深町の植物
力石 卓夫(三原市宗郷)
《ゲンノショウコ》
名前の由来は食べる私たちとちどりに薬効があらわれるということから、「現の証拠」であるということから。
※八月十八日 撮影

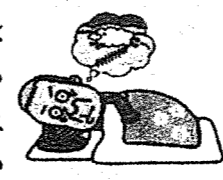
高齢者相談センター
どりのいむだより
高齢者相談センターどりのいむ
三原市中之町六丁目三十一番一号
電話 六一―四四一〇

薬もやま話
痛み止め知っていますか？
いたみ(痛み)止め、たくさん飲んでいいけれど、
痛み止めにも様々な種類があり、組み合わせで服用することで辛い

痛みを軽減させることができます。しかし、知らず知らず複数の医療機関から同じ系統の痛み止めをもらっている方がおられます。痛み止めの飲みすぎによって胃が荒れたり、腎臓・肝臓への負担増加、血圧上昇や浮腫み等の原因となることもあるのです。

(多) 剤併用、注意必要
痛み止めの中には、ある種の血液サラサラにする薬の効果を強めたり、血圧の薬の効果を妨げるもの等があります。医療機関を受診する際には忘れずお薬手帳を持参し、飲み合わせを見てもらいましょう。

(み) みな、それぞれの使い方
痛みの具合だけでなく、心臓の病気、薬を解毒する肝臓、腎臓等の調子によって薬の量が皆さん違います。同じ薬でも1日2回飲んでる人もいれば、頓服として1日1回までという方もいます。用法用量を守って痛みと向き合うことが大切です。



〜良い睡眠とれていますか？〜
(ね) むり(眠り)につけない。長い時間眠れない。
十分な睡眠がとれないと心身の疲れが残る生活に支障が出てしまいます。睡眠薬には効きの早いもの・作用時間の長いもの・本来の眠気を強める作用のあるもの等様々あります。医師の診察を受けて自分の症状にあった薬剤を服用することが大切です。「知り合いがよいと言っていた薬」が自分に合うとは限りません。

(む) りやり(無理やり)眠ろうとしない。
無理に早く布団に入って寝ようとすることで余計に眠れなくなることもあります。また、寝酒としてアルコールを飲むことは睡眠の質を下げただけでなく、睡眠薬の効きが強くなり過ぎたり、副作用が出やすくなるため、絶対にやめましょう。
(り) ズムが大切です。
日中は昼寝をせず光を浴びて活動しましょう。ウォーキングやダンスなどリズム運動を行ったり、規則正しい食生活を送ることは睡眠ホルモンを分泌させるのに効果的です。これらも取り入れて質の良い睡眠をとりましょう。

ポイ捨て禁止
ポイ捨て等は条例により禁止されています。
わがまちをきれいなまちに
きれいなまちに
犬のふんは飼い主が責任を持ってしまつしましょう。