

2021年9月



あぶりこ No.58 令和3年9月号

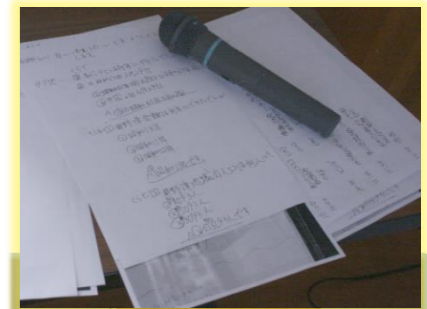
日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
29	30	31	1	2	3	4
				ポールエクササイズ 13:30～ 見守りナース	☆金物類・粗大ごみ	
5	6	7	8	9	10	11
		いきいき百歳体操 10:00	☆資源ごみ	10:00～ 見守りナース		
12	13	14	15	16	17	18
		☆燃やせる粗大ごみ いきいき百歳体操10:00 自治会長会議19:00～	書道教室 18:00～	ポールエクササイズ13:30～ あったかカフェ10:00～ 見守りナース	☆ガラス・陶器有害ごみ 12:00～ PC教室 13:00～	
19	20	21	22	23	24	25
	敬老の日 燃やせるごみ特別収集日	いきいき百歳体操 10:00 文化祭実行委員会		秋分の日 燃やせるごみ特別収集日	PC教室 13:00～	
26	27	28	29	30	1	2
憩い食堂		いきいき百歳体操 10:00		見守りナース		

△今後新型コロナウイルスに関する対応状況によっては、「中止」等になる場合がございます。



津宮小学校に通う子ども12名は、第2回憩い食堂の企画・運営のため、毎週金曜日の放課後、あぶりこ（都野津地域コミュニティ交流センター）に集い、これまで先輩たちが考えていた企画案をもとに、クイズの内容を考えたり、当日の流れ等について話し合いを重ねてきました。また、当日までの準備も、みんなで楽しみながら賞品の買い出しに行くなど、子どもたちが主体的に行動しました。

当日、開催直後の子どもたちは、少し緊張気味でしたが、みんなが協力し合って、クイズやビンゴゲーム等のイベントを、笑顔を変えながら見事にやり遂げました。会場内から褒め称える大きな拍手を貰うと、すごく嬉しそうにする子どもたちの姿が印象的でした。



第3回 憩い食堂のご案内【9/26(日)10:00～ 健康まつり】

この機会に、今の自分とこれからの自分の心と体の為に、“健康”について少し目を向け、一緒に考えたり体験をしてみませんか？一緒に日々頑張っている自分の体や食生活のチェックや健康に関する情報収集をしてみましょう。参加申込書は全戸配布していますので、申し込みをお忘れなくご参加ください。参加申込の締め切りは、9月17日(金)です。

9月新刊案内 ▼ 「小説 8050」 林 真理子
あぶりこ ▼ 「不在」 彩瀬 まる
つのお ▼ 「草取りにワザあり！」 西尾 剛
図書館 ▼ 「ハルメク」 株式会社ハルメク
▼ 「竜とそばかすの姫」 細田 守
▼ 「どうぶつ恋愛図鑑」 大淵 希郷
▼ 「学校では教えてくれない大切なこと② 友達関係」 藤 美沖

【香典返し】 ご寄付のお礼
(8月15日分まで)
大下 真澄様 (故 功弘様)
佐々木 一幸様 (故 信男様)
謹んでお悔やみ申し上げます。
心より厚くお礼申し上げます。

令和3年度 敬老会実行委員会より敬老者の皆様へご案内

実行委員会（7月20日開催）において、本年度の敬老会について協議しました。新型コロナウイルス感染症が再び拡大しているため、多くの高齢者が集う敬老会は行わず、昨年同様の敬老祝い金を贈呈することにいたしました。9月後半より、自治会長から敬老者（昭和20年4月1日以前にお生まれの方が対象です）の皆様へ、祝い金（現金1,500円）が贈られますので、受領印を準備してお待ちください。

あぶりこひろば
町民のみなさまの寄稿（投稿）を紹介します
町民の皆様、広報誌「あぶりこ」へ、記事や写真、イラスト等々を寄稿（投稿）してみませんか。掲載分は、「謝礼品」を贈呈します！詳細は、広報誌あぶりこNo.44・7月号及びホームページに掲載。
【お問い合わせ先】都野津町づくり協議会 ☎53-0453

答え：② 魔除けになるという理由で供えるようになったそうです

十五夜!! 中秋の名月!! お月見団子!!

お月見は旧暦の8月15日(今年は9月21日)に満月を鑑賞する行事です。十五夜といいます。その時にお供えするのが月に見立てた団子をお供えする食文化です。もともとは豊作祈願と収穫の感謝の縁起物として作っていたようです。秋の草すすきを供えて飾ることで神様が降り立つとされて言われたようです。



材料 (30個分)

基本 ◆だんごの粉 250g
◆砂糖 20g・水 230ml~

アレンジ ◆すりおろし人参 90g・乾燥よもぎ 6g

- 《作り方》
- ①ボールにだんごの粉と砂糖を入れ水を少しずつ加えて耳たぶの硬さにこねて生地を作る。(手に生地が付かないまで)
 - ②ボールから取り出し生地を計量する。
 - ③②の生地を白と人参のすりおろし・ヨモギ用に3等分し、それぞれ混ぜ込み棒状に伸ばし均等に切り分け丸める。
 - ④鍋にお湯を沸騰させ丸めた団子を茹でる。浮き上がって2分位経ってから冷水にとる。
 - ⑤水切りして器に飾る。
 - ⑥好みできな粉を添えたり黒蜜をかけたりする。

※ 親子で作るのも楽しいですよ。

お知らせ 令和3年度 町民運動会につきましては、都野津町づくり協議会 運動会実行委員会において慎重に協議しました。新型コロナウイルス感染症が拡大傾向にある中で、今まで通りの運動会の開催は困難なため、第58回町民運動会は中止することになりました。運動会の趣旨は「懇親」と「運動」ですが、コロナ禍での「懇親」は断念せざるを得ない状況です。なお、「運動」は工夫次第では可能なため、すでに各戸配布されている「いきいき元気な心と体づくりチャレンジ」をお楽しみください。また、「オンライン運動会」による町内対抗を予定しておりますので同時に楽しみましょう。

あぶりこクイズ⑦

今年はとても暑い日が続きますね。体調にはお気をつけください。さて、9月の行事といえば、十五夜のお月見ですね。お月見の日には、団子やすすきなどをお供えすると思います。では、お供えするすすきに込められた意味はなんでしょう？

- ① 涼しい気分を味わう
- ② 魔除けになる
- ③ 感謝の気持ちを表す

答えはP4の下へ!



見守りナースちなみコラム

猛暑の夏を超え9月に入りました
まだまだ残暑が厳しいですね



町歩きをしていると、季節をしっかりと感じます。これから、夏の疲れも合わせて出やすい時期に入るので、熱中症対策と秋に向けての体調管理をしていただくと良いなと感じます。日々元気に過ごせますように。



＜熱中症を疑う症状＞
手足のしびれ、めまい、たちくらみ、筋肉のこむらがえり、気分が悪い・ぼーっとする、頭がガンガン痛い、吐き気、吐く、体がだるい、意識がない、体がひきつける(けいれん)、体が熱い、呼びかけに対し返事がおかしい、まっすぐ歩けない・走れない

＜秋バテとは?＞ 少し涼しさを感じるようになったら・・・
真夏の生活習慣や気候の変化により自律神経などが乱れ、だるい、疲れやすい、食欲がない、めまい、たちくらみ、朝すっきり起きられない、頭痛、頭がぼーっとするなどの不調が秋まで続くこと。

都野津を歩こう ~広報担当者の気まぐれ都野津の景色~

まだまだ日中は暑いですが、18時過ぎても空が明るいので夕食後、涼しくなってからお散歩に出かけるのも良い季節ですね。

都野津の海岸沿いにこの時期「ハマゴウ」という海の植物が開花しています。爽やかな良い香りのする植物で、海の景色と合わせるととても豊かな気持ちがあるのでぜひ試してみてくださいね。(海岸沿いは大人と一緒にね)

