MYスポーツサークル No.25

物集女バンブーズ

わが"バンブーズ"は、物集女町社会体育振興会の下部組織として、町内の住民の親睦と体力の向上を目的に、昨年の8月に発足しました。

現在、19名の会員の平均年齢は38歳とやや高齢化?していますが、物集女町の丘陵にひろがる竹林のまっすぐ伸びた青竹のように、生き生きとした若さにあふれたチームです。

チーム結成直後に行われた市制10周年記念市民スポーツカーニバル・ソフトボール大会では、三回戦まで勝ち残る健闘を見せ、チームの士気は大いにあがりました。

さらに、今年度は、市ソフトボール協議会主催の春期トーナメント戦に優勝、リーグ戦においてはBブロックで8勝0敗の好成績で優勝と輝かしい成績を残しています。

チームのムードも最高で、この秋に開催される第2回市民総合体育大会や、秋期トーナメント戦にもこの調子で勝ち進みたいと、日曜日を利用しての練習試合などに全員ファイトを燃やしています。

今後は、会員の家族ぐるみのレクリエーションを行うなどの親睦を高め、チームワークとスポーツマンとしてのマナーを大切にしながら、一致団結して頑張っていきたいと思っています。

物集女町にお住まいの方ならどなたでも大歓迎。一緒に楽しくいい汗を流しませんか。お待ちしています。

お年寄りのためのくらし

ねたきり老人の介護を支えあって

年をとって身体の衰えが目立つと、日常生活の行動範囲が狭くなり、だんだん単調な毎日が続くようになります。

そういう中でも、体調の良い日は新聞を読んだり、読書を楽しんだり、交代で世話をしてくれる嫁や娘達を楽しみに待ちながら療養生活を続けていた85歳の男性について紹介しましょう。

このお年寄りは脳血管障害をおこしてから、軽いボケ症状もでてはじめていました。普段は娘との二人暮らしでしたが、介護にあたっては別居している嫁や嫁いだ娘たちが、実にみごとな応援体制をとっていました。

たとえば、身体が不自由になってくると入浴はとても大変な仕事ですが、入浴日には2人の娘が訪れ、にぎやかに身体だけでなく心もあたたまる入浴が行われていました。また、介護者が外出して家をあける時や、体調をくずして寝込んだ時は交代で介護にあたるなど、そのチームプレーは実によくとられていました。

このお年寄りは、昨年亡くなりましたが、最後まで感謝の気持を忘れず、柔和で素直な可愛い感じのするお年寄りでした。また、介護する人達の暖かくひたむきな応援ぶりに、心丈夫に毎日を過ごしていました。

今、時間に余裕のできた介護者は日記を読み返しながら父親との生活を思い出し、この時はもっとこういう風にするべきだったと思いかえすことがあるということです。

このことは、一生けん命に介護を続けた中でこそ、老いの心や身体が十分理解でき、これからの自分の人生に大変有意義に生きてくることでしょう。

―ねたきり老人訪問看護指導員―

市のアルバイト登録を受付中

▼**職務内容**　一般事務・作業員

▼**登録資格**　40歳未満の方

▼**登録手続**　市販の履歴書に必要事項を記入の上、必ず写真を貼付して提出してください(郵送不可)

▼**提出先・お問い合わせ**　職員課(内線　269)

歳時記

○紅　葉

紅葉は「もみじ」とも「コウヨウ」とも読めますが、木の葉の色が赤や黄色に変わることを指すときは「コウヨウ」と読むのが普通です。

日本は紅葉の美しい国です。紅葉が特に美しい木だけでも百種類はあるといわれます。また、日本は季節の変化がはっきりしているので紅葉は鮮やかです。とりわけ、朝霧の立つ谷あいの紅葉が朝陽にしっとりと照り輝く美しさには目を奪われます。

日本人は昔から紅葉に親しんできました。伝説的にも春の佐保姫に対し竜田姫という神が紅葉の神とされています。紅葉は万葉集でも読まれていますし、源氏物語にも「紅葉賀(もみじのが)」という巻があります。

いまでも紅葉見物は盛んで、特に北海道などでは視楓会と称して、長い冬を迎える前に紅葉を楽しむ習慣があります。

紅葉した森は、今流行の森林浴にも適しています。森林浴に効果があるといわれるフィトンチッド(植物が発散する殺菌性を持った芳香物質)は、葉の組織が破壊されるとき、つまり、落葉の前に多く発散されるからです。

新着図書だより

中央公民館図書室

中央公民館図書室に新しい本が入りました。どうぞご利用ください。

▽メディアの権力1・2　ディビッド・ハルバースタム著

▽偽装　毎日新聞大阪本社編集局遊軍編

▽女の中年期を考える　島田とみ子著

▽霧の中　佐川一政著

▽シーレーン　NHK取材班

▽麻山事件　中村雪子著

▽新しい人よ眼ざめよ　大江健三郎著

▽おれたちのおふくろ　今江祥智著

▽土地ころがし　朝日新聞西部本社

▽これからどうなる　岩波書店編集部編

くらしのカレンダー

15(土)	**市長と話す日**　午前10時～12時　市民相談室	21(金)	**発達相談**　午前9時30分～11時　保健センター	27(木)	**離乳教室**　午後1時30分～　保健センター **ことばの相談**　午前9時30分～11時　保健センター 読書週間
16(日)	**身体障害者スポーツ大会**　午前10時30分　第3向陽小学校	22(土)		28(金)	**発達相談**　午前9時30分～11時　保健センター
17(月)	**健康相談**　午後1時30分～4時　保健センター 貯蓄の日	23(日)	**市民ソフトボール大会**　午前9時　向陽高校・第5向陽小学校 **市民バドミントン大会**　午前9時　西ノ岡中学校	29(土)	
18(火)		24(月)	**健康相談**　午後1時30分～4時　保健センター 国連の日・霜降	30(日)	**市民ソフトボール大会**　午前8時30分　第2向陽小学校・第6向陽小学校
19(水)	**発達相談**　午前9時30分～11時　保健センター	25(火)	**3か月児健康診査**　午後1時30分～3時　保健センター **困りごと相談**　午前10時～午後3時　市民会館	31(月)	**健康相談**　午後1時30分～4時　保健センター
20(木)	**ことばの相談**　午後1時30分～4時　保健センター **献血**　鶏冠井公民館　午前10時～11時45分 森本公民館　午後1時30分～3時30分	26(水)	**3か月児健康診査**　午後1時30分～3時　保健センター	1(火)	灯台記念日

特設人権相談　10月25日(火)　午前10時～午後3時　市民会館