

和田公民館だより 令和5年12月

わだつみ

☎:28-8396 FAX:28-8346

E-mail wadaco@chukai.ne.jp



和田町人口動向 (R5.10.31 現在)

男:1,172(-1) 女:1,280(-4) 計:2,452 (-5)

世帯数 1,156 (±0)



和田公民館ホームページ QRコード 最新の情報を
ご覧いただけます。

12月のおもな行事予定

日	曜日	行 事
1	金	ふれあい会館清掃 11:00～
6	水	保健師の「出張！なんでも健康相談」 9:30～11:30
6	水	第10回わだつみ塾・閉講式 13:30～
10	日	町内ポッチャ大会 9:00～
12	火	よな GOGO 体操 10:30～、20:00～
16 ～17	土～ 日	米子市公民館ふれあい発表会 詳細は各戸配布のチラシをご覧ください
19	火	学習講座「しめ縄作り」10:00～
20	水	公民館全館大掃除・避難訓練 9:30～
21	木	門松作り 9:00～
28	木	仕事納め 年末年始休館 12月29日(金)～1月3日(水) 休館中のご利用(公民館・小学校体育館)につい ては、事前に鍵を借りに来てください。

大掃除ご協力をお願い

日 時 12月20日(水) 9:30～

お手伝いしていただける方はご協力よろしくお願いします。



休館日のお知らせ

12月14日(木) 午後は弓浜地区公民館連絡
協議会研修会のため職員不在となります。公
民館・体育館を使われる方は事前に鍵を借り
に来てください。

商品券残っていませんか？

敬老福祉大会の記念品の商品券
の期限は 12月31日です。
まだ使っておられない方は期限
までにお使いください。

公民館ふれあい発表会の様子が中海テレビで放送されます

放送日：1月5日(金)～7日(日) 9:30～11:30

放送局：中海テレビ放送

パブリックアクセスチャンネル(121CH)

和田公民館からは K-POP カバーダンス教室が参加します。

わだつみ塾のご案内

閉講式

一年を振り返って ～美空ひばりを聴きながら～

日 時：12月6日(水) 13:30～15:30

場 所：和田公民館 講 師：三橋 利幸 氏

(美空ひばりファンの会アンバサダー)

皆勤賞・精勤賞の表彰も行います。



学習講座のご案内「しめ縄作り」

日 時：12月19日(月) 10:00～12:00 講座

希望者は午後から各自で作業

場 所：和田公民館 持ち物：はさみ・持ち帰り用の袋

汚れてもよい服装でお出かけください。

材料代：100円 参加希望者は公民館にお申し込みください。

藁の処理から、しめ縄になるまで一連の作業を行います。

「新年のつとめ」のご案内

恒例の「新年のつとめ」を下記の通り開催します。新年の抱
負を語り合しましょう。

日時 1月4日(木) 10時～

場所 和田公民館 2階 集会室

会費 1,000円

申込 各区自治会長まで ※詳細は回覧をご覧ください。



子ども書き初め教室のご案内

と き：1月6日(土) 9:30～11:30

ところ：和田公民館 対 象：小学3年生以上

指導者：上阪圭子さん

持ち物：習字道具、出品用半紙(各自で用意)

*詳細は小学校で配られる案内をご覧ください。

主催 和田地区青少年育成会



第4回 和田地区ウォーキング大会

11月19日(日) 秋晴れのもと、ウォーキング大会が開催さ
れました。和田浜駅から鬼太郎列車に乗り水木しげるロード
へ。妖怪のブロンズ像達が迎えてくれ、台場公園で昼食を取
りました。健康づくりと親睦を深める楽ウォーキングとなり
ました。

盛大に開催！ ～公民館祭～

10月29日(日) 好天のもと、盛大に公民館祭を開催。今年はバザ
ーやステージ、作品展示・拉致問題パネル展・eスポーツ・青空市
場・消防車の展示など、多くの方に楽しんでもらうことができました。
出品して下さった皆さま、会場運営にご協力いただいた皆さま、
ありがとうございます。野菜をご寄付いただきました佐々木
茂様、岩田昇様、井田律子様、トラックを貸出してくださいました
服島運輸様、感謝を申し上げます。



～小地域懇談会～

11月8日(水)「地域と人権」がテーマのDVD

「カンパニユラの夢」を視聴しました。

相手を理解することで変わる、自分の視点や意識。

私達一人ひとりが意識を持ち、踏み出してみる

勇気。地域の再生へのヒントを見いだす良い機会と
なりました。



～町内卓球大会～

於：美保体育館

【11月12日(日)実施】

優 勝：4分団

(8・9区)

準優勝：1分団

(1・2・11区)



選手のみなさん、
役員のみなさん、
お疲れ様でした！



～わだつみ塾 現地学習～



11月14日(水) 絶好の旅行日和の中、島根石見銀山へ現地学
習に出かけました。龍源寺間歩、町並み散策コースと分かれ、
それぞれ観光名所を訪れ、豊かな自然と伝統を生かしたまちづ
くりの好例を学びました。



おめでとうございます！

米子市社会福祉協議会長表彰

交通安全県民大会表彰
三橋利幸 様

永年在職施設団体職員表彰
角 春美様

永年在職在宅福祉員感謝状
山内 美智子



きものリフォーム教室 生徒募集中

着物をリメイクしてみませんか？
日 時：第2水・第4土
13:30～16:00
料 金：1回 1000円

お問い合わせ
津森 (080-9040-6472)

子育てサークル どれみふぁくらぶ♪

※12月14日(木) 10:30～
クリスマス会(和田公民館)

※要事前連絡

※12月20日(水) 10:30～
室内遊び(弓ヶ浜支援センター)

お問合せは和田公民館(28-8396)



あなたのまちの保健師だより



こんにちは。保健師の林です。今回はこれからの時期に気を付けたい”ヒートショック”についてお話しします。
”ヒートショック”とは、温度の急激な変化で血圧が上下に大きく変動することにより、失神したり心筋梗塞や脳出血、脳梗塞といった血管の病気などを引き起こす健康被害のことを言います。ヒートショックは、65歳以上の方や、高血圧・糖尿病や脂質異常症等の病気がある方が特に起こしやすいと言われています。高齢者の浴槽内での不慮の溺死及び溺水は冬場に多く発生しており、原因の一つにヒートショックがあると言われています。特に12月、1月あたりはそういった不慮の事故のピークにあたります。では、ヒートショックを予防するために、今回は特に事故の起こりやすい入浴の際の注意点にしばってご紹介します。

- (1) 入浴前に脱衣場と浴室を暖める 冷えやすい脱衣所や浴室を暖房器具で暖めることが効果的です。暖房機器がない場合には、浴室内に温水シャワーをかけるなどして温度と湿度を上げておくとうまいでしょう。
- (2) 湯温は41度以下、浴槽につかる時間は10分以内に 熱すぎる湯に長時間つかると血圧の変動が大きくなります。ヒートショックの危険性が高い方は、半身浴がおすすめです。
- (3) ゆっくりとお風呂から出る 入浴中は水圧が身体にかかっています。急に立ち上がることで圧迫されていた血管が拡張し、脳血流量が低下してしまい、貧血状態となる危険性があります。浴槽から出る際には、手すりや浴槽のへりを使ってゆっくり立ち上がるようにしましょう。
- (4) 入浴の前にはしっかりと水分をとる 入浴により体内の水分はうばわれます。ドロドロ血の予防のために、事前の水分摂取を忘れずに。逆に、食後1時間以内や飲酒時は、血圧が下がりやすくなるため入浴を控えましょう。
- (5) お風呂に入る前に、同居する家族にひと声かける 入浴中の体調悪化に気づかないケースがあります。また、高齢者がいる家族は入浴中に声掛けをするなどの気配りも大切です。

誰もが避けたいヒートショック。自身が起こさないように、あなたの大切な方が起こさないように、ちょっとした気配りで予防していきましょう。

和田小学校だより

和田小学校 校長 福田 哲周

全校あげてのサプライズ成功！

10月、ある先生をビックリさせる企画がありました。主役は、10月に結婚式を挙げられた保健の先生です。その先生の結婚をお祝いしようと全校あげてのサプライズ企画。この日、児童の生活状況を見直すという目的で、体育館で臨時全校朝会を開くため、児童がぞくぞく体育館に集まってきました。しかし、これから起こることを知らないのは、ただ1人だけです。何も知らない保健の先生から「早寝・早起き・朝ご飯」のお話がありました。(児童は、ここの部分はしっかり話を聞いていたと思いますが……、もしかすると、その後にあるサプライズのことで頭がいっぱいだったかもしれません。) 先生が話を終えるやいなや”ちょっと待った～”と6年生児童。その先生のもとへ”ティアラ”や”キラキラの椅子”，”本日の主役”が届けられます。その後、2年生から「結婚おめでとうございます」と祝福のクラッカー。後ろを向くと、バルコニーから「祝結婚」の垂れ幕が降りてきました。そして、テッテレ～「ドッキリ大成功」の看板を持った児童の登場。この後は、児童一人一人が描いた”ウェディングメッセージ”で作成したムービーを見てもらいました。喜んでもらえたかな？



心あったか スマイルキャンペーン

10月、「こころの参観日」がありました。こころの参観日では、人権に関する学習を保護者の方に見ていただきました。2学期初めての参観日ということもあり、たくさんの保護者の方が来校されました。授業後は児童や学級の様子、人権に関することなどを話題にして学級懇談会がありました。2学期和田小PTA人権教育部では、子ども達の自己肯定感を高めるために「ありがとうの気持ちを伝えよう」と「親子でチャレンジ 心あったか スマイルキャンペーン」の取組をしています。これは、児童はおうちの方へ、おうちの方は児童への感謝の気持ちをカードに書いたものを各学年でまとめたものです。普段、感謝の気持ちは持ってはいるものの、なかなか「ありがとう」が口には出せていません。来校された保護者の方は我が子のメッセージを探し、興味深く見ておられました。



逃走中



「でっかいことやろう集会」が行われました。この日のために、5、6年生の実行委員が、全校児童に楽しんでもらうために、休憩時間を使って、企画・制作・準備を進めてきました。今回の企画は、「ハロウィンパーティー」と「逃走中」。このハロウィンパーティーに児童は仮装して参加します。この会のために各学年で準備をし、仮装して体育館に登場です。これから始まるパーティはどんな催しでしょうか。各ブースに分かれ、5、6年生が企画したゲームをします。縄跳びあり、クイズあり、写真撮影あり、じゃんけんあり……。参加している児童は楽しそうでした。休憩・給水の後は、TV番組でお馴染みの「逃走中」。サングラスをした「ハンター」が追いかけて捕獲していきます。途中には、捕らえられた逃走者の檻の扉を開けるミッションの玉入れ。失敗すると逃走者の逃げられるエリアが狭まります。全員が協力して、見事に玉入れミッションの成功です。そして、最後のミッション。これに失敗すると「大人ハンター」が投入されます。案の定？ミッション失敗！5人のハンターがグラウンドに・・・「大人ハンター」は持久力はありませんが、頭脳戦で逃走者を追い詰めます。