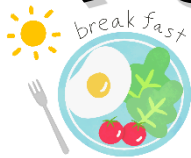


やまのうち通信



第 218 号

令和 7 年 6 月 20 日

山内自治振興センター

庄原市山内町 813-4

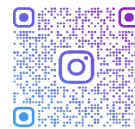
TEL・FAX (0824) 74-0451

✉ yamanouchi.jichi@gmail.com



↑ フェイスブック

QR コード



YAMANOUCHI JICHISHINKOUKU

↑ インスタグラム

QR コード

第5回 山内自治振興区主催 親善グラウンドゴルフ大会開催



6月1日(日)午前8時30分より山内小学校グラウンドにおいて第5回自治振興区主催グラウンドゴルフ大会が行われました。朝からさわやかな晴天に恵まれ、小学生の出場もあり老若男女20名の参加で盛り上がりました。午前11時頃には終了し、結果は以下の通りです。

順位	氏名	実打数	ホールインワン	合計
優勝	垣智加子さん	61	1	58
準優勝	藤田典久さん	66	2	60
三位	三上智道さん	64	1	61

おめでとう



投稿
写真

庄原格致高校写真部が、山内グラウンドゴルフクラブへ来ました！



4月に、庄原格致高校写真部の皆さんが、地域の魅力を写真に収めるため、山内グラウンドゴルフクラブを訪れ、熱心にプレーする姿を撮影してくれました。山内町にお住いの稲毛千瑞さん(左の写真最前列右から1番目)も写真部で活動しています！



第78回山内ゴルフ同好会コンペ開催！

5月25日(日)庄原カントリークラブにおいて第78回山内ゴルフ同好会主催のゴルフコンペが行われ以下の結果となりました。入賞おめでとうございます！

順位	氏名	グロス	ハンデ	ネット
優勝	数益千恵さん	89	15.6	73.4
準優勝	貞入英二さん	98	22.8	75.2
三位	池田修二さん	96	20.4	75.6



福祉知っ得情報

「高齢者の 梅雨から夏にかけての 健康について」



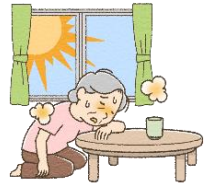
まだ体が暑さに慣れていない梅雨明けから、体調を崩す方が増えてきます。
特に高齢者は体温調節機能が弱いために、熱中症のリスクが高まる傾向があります
かくれ脱水症状に注意！



軽度の脱水症よりもさらに前の段階←症状を自覚しないまま対策がとれていない
高齢者はその状態から元に戻る力が弱く、通常の脱水症に陥りやすい
→けいれんや意識障害など熱中症の重篤な症状を引き起こすことに
体がだるい・食欲がない・疲れやすいと感じたらかくれ脱水の可能性を疑う
水分補給をこまめに取り、規則正しい食生活を送りましょう

- ・手の甲の皮膚をつまみ、離れた後につまんだ跡が 3 秒以上残る
- ・口の中がねばつき、食べ物を飲み込みにくい
- ・便秘気味

水分不足



汗による蒸れに注意！

- ・おむつの交換をこまめに行い、清潔を保持する
 - ・皮膚摩擦を防ぎ床ずれを予防する ・1～3 時間を目安に体位を変える
 - ・エアマットやクッションなどを活用する ・バランスのよい食事を心掛け、栄養を十分に摂る
- 日頃から着替えや入浴の際に、皮膚の状態を観察して皮膚トラブルの予防



カビ・ダニによる感染症対策

体力や免疫力が低下されている高齢者はこのカビやダニによる感染症で病気が発症
するおそれもあります。（脂漏性皮膚炎・気管支喘息・アレルギー性鼻炎等）



部分洗浄や全身の洗浄、介護用の下着をこまめに交換し清潔に保ち、皮膚にうるおいを与える事が
非常に重要となります。室内の湿度を 50%以下に保ちましょう



日に日に暑さを増すこの時期、特に健康に注意することは

・規則正しい食生活 ・エアコンによる暑さ対策 ・こまめな水分補給

ビタミン B1 の消費が早くなるので、大豆やほうれん草の摂取。レモンやグレープフルーツにはクエン酸が含まれており、疲労回復にはとても効果があります。

少しでも具合が悪く感じたら無理をせず、涼しい場所で十分な休養をとりましょう。

相扶の郷居宅介護支援事業所 間 弓夏

グラウンドゴルフクラブ 5月定例会 成績発表



優勝 垣智加子さん
準優勝 藤田典久さん
3位 森山博さん

今月は、総領でのグラウンド
ゴルフになりましたが、皆さん
で楽しくやりました。



7月の予定

8日 ふれあい給食
20日 自治会長会
22日 ふれあい給食

訂正とお詫び

やまのうち通信第217号その②「第58回春の
七塚原写生大会入賞者発表」において、入賞者
名に誤りがございました。

誤:「垣内章」様 → 正:「柿内章」様
関係者の皆様、ならびに柿内章様に深くお詫び申
上げます。 山内自治振興区

定住促進プロジェクト(空き家活用)だより

第32回写真甲子園 格致高校の写真部さん中国5県の代表に！！

「山内てごおし隊の活動を写真に撮らせてください!!」目をキラキラ輝かせてこのお話をいただいたのは去年の事でした。あれから冬の寒い日も汗ばむ日も 空き家 3 軒 4 日間、同行撮影くださいました。てごおし隊のみなさんも若いカメラマンさんにファインダー越しに見つめられ作業は数倍加速、最高に元気をもらいました。

チーム3名が撮影された何千枚の中から8枚を組写真にされ、まずは同校の代表作品として選出後、80校枠の初戦審査を通過、更に7・8月の本戦に出場する全国18校、中国ブロック代表に選出されたとのこと。応募518校中の快挙で、格致高校は13年ぶり5回目の本選出場決定だそうです。メンバーの一人山内町の稲毛ちずさんから報告を聞き、地域の皆さんの地域を残したいという小さな小さな願いが一緒に花開いたようで共に涙しました。

同日程開催の高校総体の文化部門盤の大会、高校総文にも稲毛さんは選出されておられるとのこと。どちらに出場されることになっても、山内てごおし隊を被写体を選んでくださり、ありがとうございました。そして、3年間の積み重ね、本当に本当におめでとうございました。



かしわ餅おいしいね♪



本選出場決定を聞いて喜ぶ
左から小田さん、稲毛さん、井上さん



山内てごおし隊の活動写真(組写真)

第33回 古民家体験活動 先人の知恵を未来につなぐ

5月31日

身近にいる鳥たちは、かわいいだけではなく。畑や田にいる人間にとっての害虫たちを退治してくれています。子育て中の季節になると1日何百匹も捕獲します。空き家から頂いた板材などでトントンカンカン作りしました。完成した巣箱もありましたが、途中、谷川のカニ探しに没頭し始める子どもたち、「それもよし」と、やりたいことをやらせてあげたいと目を細める大人たちも毎回ですが増殖中でありま



巣箱作り

完成

生き物発見

スズメバチの毒囊と消化器を見たかったらしい。

これが何かわかる子どもたちがスゴイ!! ミミズのウンコ

まずかったムカデ

主食のチヂミはサワガニに変わった♪

山内保育所でベルマーク・アルミ缶を回収！

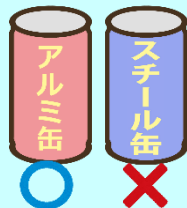


↑山内保育所に設置したアルミ缶回収袋

山内保育所保護者会では今年度よりベルマークを収集し、保育所での子供たちの生活を支えていきたいと考えています。地域のみなさまにも、ベルマーク運動にご協力いただき、山内で育つ子供たちと一緒に応援していただければ幸いです。

現在、山内保育所の他、山内自治振興センター、山内郵便局、青空市場、JA ひろしま庄原西支店に回収箱を設置させていただいております。

ぜひ、ご家庭にあるベルマークをお近くの回収箱へお持ちください。あわせて、アルミ缶回収も始めました。(スチール缶は回収していません)



保育所正面(山内小学校側)のフェンス越しに外からでも入れることが可能です。

ぜひ、ご協力ください。よろしくお願いします。

山内保育所保護者会長 奥村祐子



おたがいさまネット 「おたがいさまネットについて<1>」

目的:「見守りや災害時の救助を行うことにより、高齢者世帯や障がい者の方が地域で安心して暮らせるようにする」「買い物や草刈りなどの生活支援を行う」

山内自治振興区では「子どもから高齢者まで安全で安心して住めるまちづくり」を目標として様々な事業を行っています。その事業の中の 하나가「山内おたがいさまネット」です。



やまのうち通信の5月号で紹介したように、現在、日本全国で孤独死が多く発生しており、死後8日以上経過して発見された人が21,000人もおられ、課題となっています。

山内自治振興区ではこうしたことを防止するため、すでに平成23年「山内おたがいさまネット」を設立し、高齢者などの見守り活動を行っています。

幸い、山内おたがいさまネットができてから今日まで、2件の事例を除いて死後48時間以内に発見できています。

しかし、孤独死の現実には年々厳しくなっており、山内おたがいさまネットでも再度緊張感をもって行わないと、孤独死されたのち発見が数日間遅れるという事態も起きかねません。

今一度、やまのうち通信を通じて「山内おたがいさまネット」の趣旨や成り立ちや経緯を勉強していきたいと思います。次号では、なぜ山内自治振興区で「山内おたがいさまネット」について取り組むことになったのか、を検証します。

アダプト活動始まる！！



6月7日(土)、国道183号線尾引バス停から種森橋までの小学校通学路の歩道の草刈りを行いました。

6月環境パトロール隊



左から、笠原克己さん、國利昌司さん、岡崎輝子さんです