



## ♥ ナチュラルさん ♥

長い丈の洋服がお似合いです。  
ノースリーブワンピースに長袖の  
ロングシャツワンピースを重ねて  
「長い」×「長い」で素敵な秋コーデ  
ができあがりました。

yoshiko

## どんな洋服が似合うのかな？

9月4日(日)に地域おこし協力隊の鈴木よしこさんを講師として「骨格タイプレッスン」がまちづくりセンターで開催されました。骨格タイプ診断は、生まれ持った体のラインとか肌の質感の特徴からスタイルがきれいに見える着こなしがわかります。身長、体重(太っている、痩せている)は関係ありません。骨格タイプにはストレート・ウェーブ・ナチュラルの3タイプがあり似合う形や素材がわかるのでお洋服や小物をコーディネートするのが楽しくなります。

よしこ先生から肩幅は、普通・なで肩・いかり肩なのか？肌質は頬を引っ張って伸びるか伸びないか？などの説明を受けて生徒達が自己診断をしました。自分のことなのですが、判断がつかず迷っている生徒もいました。

生徒達に鏡の前に出てもらい、よしこ先生が骨格タイプ診断をしました。きれいに3タイプに分かれたのですがナチュラル・ウェーブミックスの生徒もいました。

診断の後は、コーディネート提案がありました。自分の好きな服を買ってみたものの似合わなかったり、着こなしがわからなかったり悩みはたくさんあるようでした。よしこ先生は、何の迷いもなくコーディネートしてくれるので生徒たちは、その魅力に引き込まれていきました。

休憩時間に生徒たちは、興味のある事や質問をどんどん話し合い共有・研究していました♪次はパーソナルカラーレッスンを希望されました。

## 地域で子どもたちは育っています！

9月7日(水) 放課後文化部の美術部の活動がありました。

美術部には中学生2名、小学生3名が参加しました。

放課後文化部とは、中学校の「部活動の地域移行」に向け地域と学校が協働しながら子どもたちを育てる時代を目指して、部活動サポート団体を立ち上げ活動をしています。

絵手紙の先生を迎えロール紙に等身大の子どもたちを描きました。すぐ下書きを描いてもらっている子もいれば、悩み抜いて時間がかかった子もいました。



中学生の提案で外郭線は筆を使って墨入れをして後日、色塗りをしました。先生が不在でしたが日々成長していく子どもたちは躍動感あふれる絵を描き上げました。

地域おこし協力隊の鈴木よしこさんが企画を考え先生としてデビューする予定になってます。

## 避難訓練～安浦中央保育所～

9月9日(金)安浦中央保育所の避難訓練を行いました。今回の避難訓練のテーマは津波です。

安浦中央保育所で震度5の地震が発生。子どもたちは、自分の机の下に隠れて身を守ります。地震の揺れがなくなったら第1避難所である園庭へ出て鉄棒のあるところに集まります。次に第2避難所のまちづくりセンター4階に向かいました。

まちづくりセンターでは、地震が起きたとき何をしたらいいか。すぐ帰れないことが想定されるので保護者への緊急連絡・食料、水の確保・救急箱の用意についてお話がありました。

東日本大震災があった3月に石巻市に行きました。津波にのみ込まれて何もかも海に流されていて更地状態を見たときに喪失感を覚えました。安浦町の子どもたちは、保育所の先生達が必ず守ってくれるので安心しました。



## 泥だらけになりました。

9月28日(水)安登小学校の5年生が奥条川に接する田んぼで稲刈りをしました。

前日、雨が降っていたので中止になる心配でしたが当日は、いい天気になりました。

鎌の使い方・稲の束ね方及びくくり方・刈った稲の置き方などの説明を受けて稲刈りを始めました。

稲を刈るのは難しくなかったようですが稲の並べ方がわからない子が多く山盛りにしていました。最後の稲は「最後はおれのもんだ」と言って誇らしげに刈っていました。

足下がぬかるんでいたのですが夢中になっていたのが泥だらけになって終了しました。家に帰って「なんでこんなに汚れているんだ。」とお母さんに怒られた子どもたちもいました。



令和5年

## 安浦地区成人の集いのお知らせ

◆対象 平成14年4月2日～平成15年4月1日の間に生まれた安浦在住の人。(安浦町出身で現在、町外に出ている人も参加できます。)

◆日時 令和5年1月8日(日)  
9:30～ 受付  
10:00～ 開会

◆会場 安浦まちづくりセンター きらめきホール

◆主催 安浦町地区社会福祉協議会

◆内容 10:00～ 式典  
(予定) 10:30～ 記念写真撮影  
11:00～ 終了

※新型コロナウイルス感染予防のため中止や内容変更になることがあります。当日は、必ずマスクを着用して、ご参加ください。会場が密になる状況を回避するため、ご家族のご来場は1名様までとさせていただきます。

◆問合せ 安浦町地区社会福祉協議会事務局  
☎84-2261

## 安浦図書館からのお知らせ

\*開館時間

9時30分～18時

\*休館日

木曜日・祝日・年末年始

\*年末・年始休館日

12月28日(水)～1月4日(水)

\*12月の休館日

15日(木)・22日(木)

\*1月の休館日

19日(木)・26日(木)・12日(木)

\*このゆびとまれの絵本会

(日時) 12月17日(土)

10時30分～11時

12月14日(土)

10時30分～11時

【場所】

安浦市民センター2階  
安浦図書館 えほんコーナー

\*絵本会への参加の方は、図書館入口での手指消毒とマスクの着用をお願いします。(2歳未満のお子様はマスク着用は、保護者の方の判断にお任せいたします。)

【問合せ】 安浦図書館 ☎84-38006

## 新着図書案内

一般

図書館の日本文化史

(高山正也/筑摩書房)

下町ベンギン物語

(まことおろか/KADOKAWA)

柿のお菓子づくり

(今井ようこ/誠文堂新光社)

△ラヨシマサユキのスクリーンBOOK

(△ラヨシマサユキ/グラフィック社)

火葬場奇談

(下駄華緒/竹書房)

ゆいごん川柳

(日本図書館協会/ポットセンター/イーストプレス)

ハヤブサ消防団(池井戸潤/集英社)

怪盗フラヌールの巡回

(西尾維新/講談社)

患者の階梯

(松井今朝子/集英社)

方舟

(夕木春央/講談社)

犬を盗む(佐藤青南/実業之日本社)

児童

ふしぎ！光る生きもの大図鑑

(近江谷克裕/国土社)

本当はおもしろい中学入試の理科

(尾嶋好美/大和書房)

ふしぎ駄菓子屋銭天堂18

(廣嶋玲子/偕成社)

黒紙の魔術師と白銀の龍

(鳥美山貴子/講談社)

星ぼしでめぐるギリシア神話

(百々佑利子/岩波書店)

絵本

ふしぎなひきだし

(つがねちかこ/金の星社)

ぱっかん！

(砂糖ゆき/エンブックス)

まよなかの魔女たち

(エイトリアン・アダムス/徳間書店)

おいちののだーるまさん

(こいでやすこ/福音館書店)

ヨルとよる

(よしむらめく/教育画劇)

ご案内した本以外にも、毎週金曜日に新着図書が入ります。

どっぞ図書館までお越しください。

安浦保健出張所 **12月・令和5年1月の健康カレンダー** 問合せ・申込：☎70-6061

とき	事業名	時間	持ってくるもの	内容	とき	事業名	時間	持ってくるもの	内容
12/9 1/13 (金)	さわやかクッキング (食生活改善推進委員会) ※要申込み	10:00 ～ 12:30	エプロン・三角布 マスク 参加費400円	生活習慣病予防 の調理実習 健康くれ体操	12/6 (火)	わくわく運動教室 ～運動を始めたいあなたへ～ ※要申込み・参加費無料	10:00 ～ 12:00	運動しやすい服装 室内シューズ マスク 水分補給のための水等	・運動実技と講話 ・健康運動指導士
申込先：山根 TEL 84-6408 吉田 TEL 84-2583									
12/20 1/17 (火)	ストレッチング教室 (公衆衛生推進協議会) ※要申込み・参加費無料	10:00 ～ 11:30	運動しやすい服装 室内シューズ マスク 水分補給のための水等	・運動実技と講話 ・健康運動指導士	1/20 (金)	育児相談 (乳幼児) ※要申込み・参加費無料	10:00 ～ 11:30	母子健康手帳 タオル マスク(保護者)	身体計測 育児相談 栄養相談(栄養士)
12/16 (金)	栄養教室 「腎臓にやさしい食事を知ろう」 ※要申込み・参加費無料	10:00 ～ 12:00	健診結果 筆記用具 マスク	保健師による 健診結果の説明 栄養士による講話	<b>総合健診のお知らせ</b>				
					■健診日：令和5年1月27日(金) ■申込締切：令和5年1月4日(水) ※定員になり次第締め切りますので、早目にお申込みください。 ■申込先：呉市健診予約センター ☎050-3625-3019				

新型コロナウイルス感染予防のため、マスクの着用をお願いします。また、発熱や咳、喉の痛みなど体調不良を感じた場合はご連絡いただくようお願いいたします。感染拡大防止のため中止となることもありますのでご了承ください。

**保健出張所からのお知らせ**

新型コロナウイルスに加え、インフルエンザの流行時期でもあります。手洗い、うがいを励行し、睡眠時間をしっかりとるように心がけましょう。



**水産教室**



安登小学校  
9月12日(月)に安浦地区公衆衛生推進協議会が主催する「水産教室」が三津口湾内で開催されました。  
水産教室には安登小学校5年生の児童21名が参加し、海に住む生き物について環境学習をしました。  
カキの水揚げをるところを見てもらいました。ワイヤーで吊るしてあるカキは約8～10mもあり、とても迫力がありました。子どもたちからこの後の行程について質問があり、講師からカキを引き揚げるのは、安浦では1～2名で作業することなどの説明を受けました。特に冬は大変でクレーンを操作する人とカキを船に下ろす人がいるので一人でする場合があるとは思っていませんでした。その後、持ち帰って洗浄などをしてカキ打ちを数人でするのですが、子どもたちに体験する機会があればいいなと感じました。



安浦小学校  
9月22日(木)に安浦地区公衆衛生推進協議会が主催する「水産教室」が三津口湾内で開催されました。  
水産教室には安浦小学校5年生の児童36名が参加し、海に住む生き物についての環境学習と武智丸についてお話がありました。  
子どもたちの「よろしくお願いします。」と元気いっぱい声で水産教室が始まりました。  
カキの養殖・栽培漁業等のお話をされた後、箱眼鏡で海の中を見たり、オニオコゼの稚魚の放流をしたり、カキの水揚げをるところを見学してもらいました。カキの養殖に2年半から3年かけて成長することを初めて知る子どもたちも多かったです。  
武智丸の船に入り、安浦町の守り神として防波堤になるまでのお話がありました。枕崎台風をきっかけに設置された武智丸ですが三津口湾を守っていたことに感動してくれました。

**宗次郎オカリナコンサート**

歩き出して吹き飛ばして  
日時：令和4年12月4日(日)  
開演：15:00～(開場 14:30)  
会場：安浦まちづくりセンター きらめきホール  
入場料：3,000円 チケット 好評発売中  
＜全席指定＞  
※未就学児入場不可

**♪第96回『きらめき音楽館』  
～あんぜんまちづくりコンサート～**

年末の安心安全に関する話と、広島県警察音楽隊によるミニコンサートです  
日時：令和4年12月24日(土) 午前11:00～  
会場：安浦まちづくりセンター きらめきホール  
主催：安浦町生涯学習振興財団  
共催：広交通安全協会 安浦支部 呉市安浦地区交通安全推進協議会



【お問合せ】(公財)安浦町生涯学習振興財団 ☎84-7987

**町の人口と世帯数**  
令和4年10月1日現在

人口	9,837 (-11)
男性	4,744 (-5)
女性	5,093 (-6)
世帯	4,831 (0)

( )は前月比

外国人住民(人口199・世帯115)を含む。

**おくやみ**  
ご冥福をお祈りしお悔み申し上げます。  
9月1日～10月31日掲載申出分(敬称略)

秋本 澄江	福岡 健章	武田 雅尚	天野 ミキ枝	土岡 定勝	土居 育代	竹本 康一	神末 和子	岡本 義博
三津口	内海北	赤向坂	三津口	安登西	内海北	広平	女子畑	

**おめでた**  
すこやかなご成長をお祈りします。  
赤ちゃん  
お母さん

9月1日～10月31日掲載申出分(敬称略)  
荒木 来珀 智華 三津口

**感謝**  
次の方々から、安浦町地区社会福祉協議会へご寄付をいただきました。厚くお礼申し上げます。  
9月1日～10月31日受付分(敬称略)

**香典返し**  
西岡 博実 女子畑  
竹本 知子 内海北  
光信 内海北

お寄せいただきましたご厚志は、ご趣旨に添うよう活用させていただきます。  
安浦町地区社会福祉協議会  
きらさら事務局 ☎84-2261



※次号(1月10日発行)は、**令和4年1月・2月生まれの人**が対象となりますので、12月20日までに安浦市民センター『きらきら』事務局へ提出してください。

☎ 84-2261

## ヒートショックにご用心!! ~寒いときの入浴は要注意~

ヒートショックとは、急激な温度変化による血圧の変化(急上昇や急下降)が原因で起こる体調トラブルのことで、特に寒暖差が大きい冬場の入浴時に発生します。

### ■ヒートショックが引き起こす病気や事故

- 脳卒中 ○脳梗塞 ○不整脈 ○心筋梗塞
- めまい・立ちくらみ(→それによる転倒・骨折)
- 失神(→それによる浴槽内での溺死)など

### ■入浴時のこんなことがきっかけで起こります

- 寒い脱衣所や浴室で裸になったとき
- かけ湯なしでドボンと浴槽に入ったとき
- 長湯をして脱水状態になったとき
- 浴槽から急に立ち上がったとき
- ☆入浴時だけでなく、寒いトイレでいきんだ時にヒートショックが起ることもあります。



### ■入浴時のヒートショックを防ぐために

- 脱衣所を暖房器具で20℃以上に温めておく。
- 入浴は浴室全体が温まってから。
- シャワーで湯張り、浴槽のふたを開けるなど、湯気で浴槽を温める。
- 浴槽につかる前に、かけ湯をして体を慣らす。
- 温まりすぎは危険。入浴時間は10分程度。
- 同居家族に一声かけてから入浴する。
- 脱水予防のために、入浴前後に十分な水分補給をする。
- 食事や飲酒の直後、精神安定剤や睡眠薬の服用後は入浴しない。

## ★きらきらエンジェル通信★

令和4年度  
12・1月号



きらきらエンジェルは安浦中央保育所に併設されている子育て支援センターです。子育て中の親子の交流や育児相談、情報提供等を行っています。季節の手作りおもちゃ製作や発育測定など、その週であればいつでも参加できます。寒い季節になりました。暖かい支援室でゆったりと過ごしましょう。ご利用をお待ちしております。

### 12月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
					休み	休み
4	5	6	7	8	9	10
休み	休み	★オンライン きらきらエンジェル	休み	休み	休み	保育所 発表会
11	12	13	14	15	16	17
休み	作ってあそぼう! 週間					休み
18	19	20	21	22	23	24
休み	発育測定をしよう! 週間					休み
25	26	27	28	29	30	31
休み	絵本会 中学生	保育納め	休み	休み	休み	休み

### 1月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	休み	休み	休み			休み
8	9	10	11	12	13	14
休み	休み	作ってあそぼう! 週間				休み
15	16	17	18	19	20	21
休み	リミック	発育測定をしよう! 週間				休み
22	23	24	25	26	27	28
休み	パーソナル カフェ	★オンライン きらきらエンジェル				休み
29	30	31				
休み						

◎ は支援センターの利用ができます。

- 月曜日～金曜日 10:00～11:30
- 毎週金曜日 午後も利用できます。13:00～15:00
- 1日7家庭までの利用で、予約は受けておりません。
- 利用前に自宅にて検温し、「37.5℃以上」、「体調不良」の場合は利用をご遠慮ください。
- 水分補給のための水筒を各自、ご準備ください。
- 所庭開放 月曜日～金曜日 10:00～12:30

安浦中央保育所 地域子育て支援センター  
TEL 84-2250

《電話での育児相談》9:00～16:00  
メールアドレス ikuchan-kurecity2031@docomo.ne.jp  
何でも気軽にお問い合わせください。



★12月6日(火)  
1月25日(水)  
10:30～11:00  
スマホでオンラインきらきらエンジェルに参加してみませんか?  
ご希望の方はメールでお知らせください。  
前日までにメールでお知らせ下さい!

## 笑顔いっぱいの夏の終わりでした

8月27日(土)にグリーンピアせとうち主催によるネイチャーワールドが開催されました。芝生広場では、バルーン(熱気球)体験がありました。瀬戸のうち海では、地域おこし協力隊の鈴木よしこさんが企画したサップ体験がありました。

初めはサップボードの上に立つのが怖いと言って座っておられる生徒さんがいましたが、よしこ先生がやさしく励まし続けたら立って漕げるようになりました。子どもたちは親御さんと乗った後「1人でやりたい!」と自らの力で乗りたいと言いクルージングをして楽しんでいました。青空の下、来ていただいた生徒さんには、たくさんの笑顔をもらい楽しい思い出ができました。



お知らせ  
おめでた、おくやみの掲載を希望の方はお申し出ください。

編集・発行

☎ 737-2516

呉市役所安浦市民センター内  
安浦町地区社会福祉協議会

☎ 84-2261 Fax 84-6684