

9月の行事
(予定)

美里中 937- 3614	◇2(水) 旧盆ウーケイ休校 ◇4・7・8 期末テスト ◇8(火) 医師による食育講話 ◇21(月) 敬老の日(公休日) ◇22(火) 秋分の日(公休日)
美里小 938- 8844	◇2(水) 給食あり(4校時) ◇7~14 読書旬間 ◇8・15・29 特別日課
美原小 934- 0021	◇2(水) 給食あり(4校時) ◇4(金) 5年自然体験学習 ◇21(月) 敬老の日(公休日) ◇22(火) 秋分の日(公休日) ◇29(火) 就学時健診
美里幼 938- 1638	◇毎週木 リズム運動 ◇25(金) 誕生会 ◇30(水) 視力聴力検査 * 弁当 1・3・8・10・15・17・24・29
美原幼 934- 3614	◇11~18 保育参観週間 ◇24(木) 秋の遠足 * 弁当 1・3・8・10・15・17・24・29
松本保 939- 1335	◇14~28 個人面談 ◇18(金) 鼓笛本番 ◇18(金) 避難訓練 ◇24(木) 弁当会 ◇25(金) 誕生会
知花保 938- 0446	◇8(火) 避難訓練 ◇16(水) ミニ運動会(弁当) ◇17(木) お誕生会 ◇28(月) 園外保育(4・5歳児) ◇29(火) 園外保育(3歳児)
すみれっ 子保育園 937- 7432	◇15(火) 避難訓練 ◇16(水) 誕生会 ◇18(金) パス遠足
知花自 937- 4518	◇7 生きデイ ◇14(月) 小地域ネット会議
松本自 938- 3341	◇7(月) 老人会定例会 ◇9・23 生きデイサービス * 14・28(月) 百歳体操 * 毎週水 三線教室 * 毎週木 フラサークル * 毎週金 キッズデポ4時
東松本自 939- 0901	◇20(日) 草刈作業
明達自 939- 4338	◇2(水) 福祉連絡会 ◇10・17・24 ゆんたく会 ◇17・25 生きデイ * 木 キッズデポ4時から5時半 * 月・水・土 ヨガ教室 * 9・18・23・30 大正琴

* 上記予定は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため変更になる場合があります。

* コロナ感染拡大防止のためお休みしていた「まじゅん」が9月5日より再開します。

* 旧盆エイサー道ジュネー・知花自治会敬老会・敬老会まつり・おきなわ長寿苑秋まつり・美ら里まつりは、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため中止となりました。

あまぐま・ありくり歌集

浦崎 清子

祖先とういむち
憎きまなならん浮世
増きコロナゆい
許ち給り
コロナの脅威を意識し、テレビのデータ放送、パソコンでウイルスに関する記事を検索しまくる毎日。パソコンの「わたプロク」から、日本で行った感染症の歴史を拾った。読者の皆さんにも紹介したい。

天然痘(てんねんとう)
6世紀、天然痘の日本定着(もととも日本には無かったが、中国・朝鮮半島との交流が盛んになり日本に上陸した)。独眼竜伊達政宗は、幼少期に天然痘にかかったことが原因で失明したのは有名。

梅毒(ばいどく)
16世紀、1512年日本の歴史に初登場。ペニシリンが開発されるまで常態化していた。徳川家康も梅毒を発病。その治療で飲んだ水銀が原因で胃がんで死亡。

結核(けっかく)
17世紀、結核の流行。弥生時代からあったとされるが、本格的に流行した時期は、江戸時代から明治以降。20世紀半ばに、薬が開発される。1952年迄日本の死亡原因ベストに入るほど猛威を振るった。

コレラ
19世紀、20世紀半ば流行。明治に入ってから、衛生面の強化が行われ次第に収まった。

ペスト
20世紀前半、ペスト流行。東京では予防のためキヤリアであるネズミの買い上げを行った。1926年以降日本では発症者はいない。

スペインかぜ
20世紀前半、ヨーロッパでスペインかぜ大流行。日本では1918年、1920年にわたって大流行。今でいうインフルエンザ。

デング熱
20世紀半ばデング熱流行。戦時中に南方からの帰国者から蚊を介して流行。公園の立ち入り禁止令。

そして今、新型コロナウイルス
筆者は、末尾に新型コロナウイルス以上の脅威を経験してきた人類にとって、今回の流行も乗り越えられると歴史が証明している。私は知恵者ではないため、薬の開発などの直接的な解決手段は生み出せない。である以上は、一般人である私でも出来る戦いをしよう。高なる戦いを。・・・記している。

「新しい生活様式」における
熱中症予防行動のポイント

新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐために、「新しい生活様式」として感染防止の3つの基本
＜感染防止の3つの基本＞
・身体的距離の確保
・人込みの中でのマスクの着用
・こまめな手洗い、手指消毒「3密をさける」
等の対策を取り入れた生活様式の実践が求められています。例年以上の厳しい暑さが続く中、熱中症予防にも注意が必要です。

＜熱中症予防のためのマスク＞
・運動時のマスクは熱中症の危険が高まります。
密集のない屋外での運動時はマスクをはずそう
・マスクをつけることにより、のどの渇きに気づきにくくなります。こまめな水分補給を！

＜エアコンの使用＞
熱中症予防のためにはエアコンの活用が有効です。熱中症による死亡者の多くは、高齢者でエアコンを使用しない室内での死亡が多いことが報道されています。夜間の室内温度も高い今、就寝時もエアコンを使用することが望まれます。

＜涼しい場所への移動＞
少しでも体調に異変を感じたら、速やかに涼しい場所に移動することが大事です。屋外でも日陰や風通しの良い場所に移動してください。

＜こまめな水分補給＞
喉が渇いていなくても、こまめに水分補給をしましょう。風呂上りや就寝の前にもコップ1杯のお水を飲みましょう。

＜日頃の健康管理＞
毎朝の検温、健康チェックが大事です。日頃から自身の身体を知り、体調が悪いと感じた時は、無理をせず自宅で静養しましょう。

資料：厚生労働省

「新型コロナウイルス感染症」高齢者として気をつけたいポイント

高齢者や基礎疾患をお持ちの方が感染すると、重症化しやすいので注意が必要です。ただ、感染を恐れるあまり外出を控えすぎて「生活不活発」による健康への影響が危惧されます。

「動かないこと(生活不活発)」により、身体や頭の働きの低下してしまいます。

＜フレイルの進行を予防するために＞

* 座っている時間を減らしましょう
* 筋肉を維持しましょう…ラジオ体操、スクワットは有効
* 日の当たるところで散歩はお勧め…人込みをさけて
＜バランスの良い食事をしっかり食べて栄養をつける＞
* しっかり食べて体の調子を整えると免疫力を維持
タンパク質は筋肉をつくる大切な栄養素しっかりとろう

＜口を清潔に保ち、毎日おしゃべり＞

* 毎食後、寝る前の歯磨きは感染症予防に有効
* 口の周りの筋肉を保つ

1日3食、歯ごたえのあるものをしっかりとんで食べる
電話を活用し、意識して会話を。鼻歌を歌う

＜家族や友人との支え合いが大切＞

* 孤独を防ぐ！近くにいる者同士や電話などを利用した交流で互いに支え合しましょう
* 買い物や生活の支援、困ったときの支え合いを
買い物・病院への移動など困ったときに助けを呼べる相手を考え、事前に話し合っておきましょう。

資料：日本老年医学会より



1 1 9 番 情 報

9月1日は防災の日

防災の日は、昭和35年6月11日の閣議で、9月1日を「防災の日」とすることが了解されたことに始まります。

9月は、関東大震災が発生した月であるとともに、暦の上では二百十日にあたり、台風シーズンを迎える時期でもあり、また昭和34年の伊勢湾台風によって戦後最大の被害を被ったことが契機となって、地震や風水害等に対する心構え等を育成するために、防災の日が創設されました。

ところで、「防災」とは、どんな言葉の意味を持っているのでしょうか？
広辞苑には「災害を防止すること」と記載されていますが、災害対策基本法では、「災害を未然に防止し、災害が発生した場合における被害の拡大を防ぎ、災害の復旧を図ることをいう」と定義しています。

飲食店等で液化石油ガス(LPガス)を使用される皆様

LPガスの安全な使用についてお願い

令和2年7月30日に、福島県郡山市において、ガス漏洩の疑いによる爆発により、死者1名、負傷者19名が発生する事故がありました。

飲食店等でLPガスを使用される皆様方には、事故防止のため次の事項に留意していただきますようお願いいたします。また、新型コロナウイルスの感染拡大による休業後の営業再開の際には、ガス機器及び安全設備について異常がないことを確認するなど、各種安全面への配慮にも十分にご注意ください。

1. 休業等でガスを長期間使用しない場合や事業を再開する場合、またリフォーム等工事を行う際には、LPガス事業者等に連絡をすること。
2. ガス警報器等の安全機器の設置に努めること。
3. LPガス事業者から交付された周知文書の事項を遵守すること。

資料提供 沖縄市消防本部

越来・知花交番 だより

7/21～8/20の盗難発生状況(越来・知花交番管内)

農作物盗(1件)

* 7/28～7/29、池原の畑から農作物が盗難

居空き(1件)

* 7/31、登川の住宅で盗難

非侵入窃盗(4件)

* 8/4～8/5、池原4丁目の駐車場から盗難

* 8/8、登川2丁目のアパートから盗難

* 8/10、越来2丁目資材置き場から盗難

* 8/11、城前町の公園で盗難

自転車盗(1件)

* 8/11、美原4丁目で駐車場に駐車中の施錠のある自転車が盗難

秋の全国交通安全運動

令和2年9月21日～9月30日

<スローガン>

あおるより ゆずるあなたが かつこいい

あおり運転に対する罰則の創設等

★あおり運転をした場合

3年以下の懲役または50万円以下の罰金

★あおり運転で危険が生じた場合

5年以下の懲役または100万円以下の罰金

沖縄警察署 TEL 932-0110

学習支援 2自治会で開催

沖縄市子ども会育成連絡協議会

学校での調べ学習をお手伝い

～地域子ども会SDGsラーニング～

※SDGsとは、誰一人取り残さない国際社会共通の持続可能な開発目標

Sustainable Development Goals

新型コロナウイルスが蔓延する中、「第1次 赤い羽根子どもと家族の緊急支援助成金」を頂き、沖縄市内の2自治会(越来、泡瀬)で学習支援プログラムを実施することが決まりました。前回は「子ども菜園物語」事業を実施し、こども達は食と農に触れ、物質的な豊かさではなく、仲間たちと新しい価値観の共有ができたのではないのでしょうか。この緊急支援助成金のおかげで、地域で地縁、血縁を越えた救済活動のネットワークが構築されつつあり、地域子ども会関係者からも様々な喜びの声が挙がっていました。

いっぺー感謝やいびーん。

新型コロナウイルスの影響で様々な課題や悩み事が増える中、子育て家庭にとってこどもの日常を受け止める居場所は必要不可欠になっています。

そこで、今回市内2自治会では、学校の授業で分かったものを異年齢でチームワークを組み、目標を共有することができる学習力を育み、地域で新たに学んだ知識を発表したりと先生や仲間たちと問題解決能力を身につけることを目的としたプログラムを開催します。

コロナ禍の長期化に備え、学校教育を取り巻く環境を地域間で共に協力し、新しい生活様式の下、誰一人取り残さないSDGsを学ぶことで、こども自身が自立と自律の成長に繋がり、将来地域のリーダーとなって地域課題を解決に導く、道開拓人(みちあきんぐわ)となることを期待しています。

※ みちあきんぐわ＝道を切り拓く

沖縄市子ども会育成連絡協議会

会長 宮里

【学習支援プログラム開催日】

越来:9/8(火)、9/15(火)、9/22(火)、9/29(火)

泡瀬:9/3(木)、9/10(木)、9/17(木)、9/24(木)

