

# 長生きお達者通信

生活支援コーディネーターだより 令和6年7月 第71号



発行 南山城村社会福祉協議会

京都府相楽郡南山城村北大河原大稲葉4

電話：(九三)二二〇一・FAX：(九三)二二二二



## 今月の一句

清滝キヨタキや

波ナミに散り込チむ

青松アオマツバ景

松尾芭蕉

出典 笈日記

山奥の夏、清流の清滝川の激しい流れの波の中に  
青嵐で吹き切られた松の青葉が散り込んで清清しく  
流れていく。

※清流川：現在の京都市右京区、梅尾、榎尾、高雄の  
トガノオ マキノオ  
景勝地を流れ保津川に合流する。

今年は例年と比べて、遅い梅雨入りとなりました。梅雨の時期は気圧の低い日が多く、自律神経のバランスが崩れやすくなります。自律神経を整えるために、「睡眠をしっかり取る」ことや「リラックスできる時間を作る」等の対策をしましょう。

六月の本郷ニコニコ会で七夕飾りを作りました。やまなみホールと本郷コミュニティセンターの入り口に飾っていますので、ぜひご覧ください☆



## 地域のみなさんの居場所が広がっています♪ ～すみれの会～



六月十日（月）今山公民館で、すみれの会が開催されました。（参加者：十五名）四月の長寿クラブ総会で「みんなで集まりませんか？」との意見があり、長寿クラブ有志の女性を中心に立ち上げられました。初回は、会の名前や開催日、今後すみれの会でやってみたいことの話し合いをしました。話し合いの結果、毎月第一月曜日の十四時から開催されます。（参加費：百円）  
その後、体操に参加されている方より、家で出来る簡単な体操を教えてください、一緒に体操をしました。

地域の中でみなさんの居場所づくりやつながりの輪が広がっていくことが、とても嬉しいです。



<今月の脳トレ>七夕で笹や竹を使う理由は何でしょうか？

- 1. 抗菌作用があるから
- 2. 彦星が牛に笹を食べさせていたから
- 3. 昔から身近にあり利用しやすかったから

## 「もったいない」から「ありがとう」へ フードドライブにご協力をお願いします

令和4年度から「フードバンク木津川」様と連携し、取り組みをすすめています。保健福祉センターに受け取り箱を設置していますので、ご協力いただける方はご持参をお願いします。昨年度は生活に困られている方へもお米などお届けさせていただきました。



### <ご提供いただきたい物品>

- ・お米（収穫から2年以内）、餅、缶詰・乾麺（うどん・そば・素麺・パスタ等）
  - ・緑茶、紅茶、コーヒー・飲料ジュース、調味料（しょうゆ、油、だしの素など）
  - ・インスタント食品（レトルト食品）、お中元・お歳暮などの贈答食品
- ※未開封のもの、常温で保存可能なもの、賞味期限が提供日より1ヶ月以上あるものとさせていただきます。
- ※自家製加工食品やアルコール類はお受けできません。（料理酒やみりんは可）



フードドライブ…ご家庭に残っている食べ物やおすそ分けできる食品を持ち寄って、必要とされている団体や生活困窮者へ無償で配布する活動。

## 七月のお知らせ



・人権・行政・困りごと相談

七月二十二日（月）午前九時三十分～ 南山城村役場 会議室

心配ごとや人権に関する問題、困りごとなど

・健康相談・福祉なんでも相談

七月十九日（金）午後一時三十分～ 童仙房公民館

保健師による血圧測定や健康相談

あったか京都寄り添いワーカーが相談もお受けしています

・司法書士無料法律相談（山城南地区社協主催）

七月十九日（金）午後一時三十分～ 木津川市山城保健センター

【申込み】南山城村社会福祉協議会 ☎〇七四三九三二二〇一

〈申し込み受付〉七月一日（月）～

・むらカフェ（認知症カフェ）

七月二十五日（金）午後一時三十分～ 高尾公民館

・ボランティア手芸部

七月十八日（木）午後二時三十分～ 保健福祉センター 会議室

## 令和六年能登半島地震災害義援金の受付



南山城村では、南山城村共同募金委員会を通じて、役場及び社会福祉協議会の事務所に令和六年能登半島地震災害義援金 募金箱および受付窓口を設置しております。皆様のご支援とご協力をお願いいたします。

受付期間 … 令和六年一月五日（金）～ 十二月二十七日（金）

（被災状況に応じて受付期間を延長する場合があります。）

○ お問い合わせ 南山城村共同募金委員会 （電話：九三二二〇一）

答え：

- 1. 抗菌作用があるから

昔から竹や笹には抗菌作用があることで知られ、魔除けの効果があるとされていました。七夕のときは食べ物が腐りやすい時期でもあり、お供え物の防腐剤として利用されていたようです。神聖な植物と考えられ、祭りの後に飾りごと川に流すことで、笹や竹が穢れを一緒に持っていくとも言われています。