

平成19年から西窪自治会長を務めています。南国市に来てから30年以上たちますが、これまで子ども会や公民館活動など、いろいろな地域の取り組みに関わってきました。人が集まる交流の場に参画したり、そこでお酒を交わしたりすることが好きです。

趣味はドライブで、結婚後も年1回は遠くに出掛けています。車で九州や北海道に行ったこともあります。運転は苦になりません。家族と一緒に行くことを想像しながら、インターネットで宿や道のりなどを調べて、旅行を計画するのはとても楽しいです。

「来年は、東北やデイズニールランド(千葉県)にも行きたい」と西本さん。安全運転で楽しんでください。

楽しいドライブ旅行



にしもと まさかつ
西本 正勝さん(大桶甲)

仲良くハウス栽培



おかじ ともこ
岡地 頼子さん(大桶乙)

に
こ
こ
ら
い
ふ

134



現在、夫と二人暮らしです。夫とは同じ会社に勤めていました。その頃から休みの日には畑で野菜などを作っていたのですが、退職を機に、ハウス付きの農地を購入。今は毎日、夫とハウスに通い、仲良く農作業をしています。野菜などは基本的に自家用ですが、いい物ができた時には直販市に出したりもしています。カボチャ、トマト、スイカ、バナナ、ドラゴンフルーツなど、いろいろな物を作っています。性格は、適度にかっちりしていると思います。パソコンを使って、植え付け作物の管理もしているんですよ。

「果物は、買わずに、家でできるのを待つようになった」と楽しそうに語ってくれた岡地さん。収穫が楽しみです。



熱中症を防ぐために

まだまだ暑い日が続きます。熱中症は、急に暑くなった日や室内にいるときも注意が必要です。自分や身近な人が、熱中症の被害に遭わないように正しく理解しましょう。

熱中症の予防法

■水分・塩分補給

こまめな水分・塩分補給

*高齢者、障害児・障害者の方は、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分補給をしましょう。

■体調に合わせた取り組み

▶こまめな体温測定(特に体温調整が十分でない高齢者、障害児・障害者、子ども)

▶通気性の良い、吸湿・速乾の衣服着用

▶保冷剤、氷、冷たいタオルなどによる体の冷却

■熱中症になりにくい室内環境

▶扇風機やエアコンを使った温度調整

▶室温が上がりにくい環境の確保

(こまめな室温確認)

*無理な節電をしてエアコンを使わないと、体調を崩すことがあります。

■外出時の準備

▶日傘や帽子の着用

▶日陰の利用、こまめな休憩

熱中症になったときの処置

- ①涼しい場所へ避難させる
- ②衣服を脱がせ、身体を冷やす
- ③水分・塩分を補給する



■こんなときは、すぐに119番

- 自力で水を飲めない
- 意識障害(会話がおかしい、呼びかけに答えない)

※お問い合わせは、南国市消防署(☎863-3511)まで

親子クイズ 472

Q この小さい椅子は、ある飲み物についていた物で作っています。その飲み物は何でしょうか？



- ①セウチウ
- ②シャンパン
- ③ウイスキー

【第471回解答】

①	ノ	ゾ	ミ	ヤ	グ	ラ
②	シ	カ	ド	ッ	グ	
③	バ	イ	リ	ン		
④	タ	コ	ノ	モ	リ	
			⑤	カ	ラ	クリ
			⑥	ビ	ー	マン
⑦	ボ	ラ	ン	テ	ィ	ア
⑧	ゴ	メ	ン	ジャ	ー	

答え：ミドリノカーテン

【第471回当選者】

川村 弥生(岡豊町)
川本いくみ(駅前町)
木村 圭吾(大桶甲)
川西真紀子(大桶甲)
川西 恵理(大桶甲)

★応募総数/46通

★正解率/98%

親子クイズは、広報委員が毎月順番に考えています。

2010年度に、全国の児童相談所へ寄せられた児童虐待の相談件数が、初めて5万件を超え、過去最多となりました(7月20日、厚生労働省発表)。1990年度の集計開始から20年連続で増加を続け、厚生労働省は「疑いがある場合は児童相談所に連絡しよう」という意識が高まったためではないかと分析をしています。

4月から関わり始めた仕事の中で、子育てに悩む家庭のあまりの多さに驚いています。不景気の中、生活の糧を得るために長時間家を空ける共働きの親。仕事の不安定な母子・父子家庭。仕事すら無い家庭。子育てにパートナーの協力が得られない家庭。そんな中にある子どもたちを支援するために、関係機関で続けられる話し合いの数々。

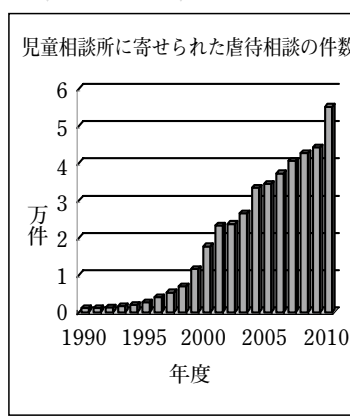
自分自身、子育ての真つ最中を振り返ってみると、眠い目をこすりながら夜中にミルクをあげたり、こぼした食べ物を片付けたり、ウンチやおしっこで汚れたおしめを洗ったり、そんなことが今となっては懐かしく思われます。その時の自分には、少しいだけ「余裕」があったように思います。

あれもなければ、これもしなくてはと完璧を求める親の話をよく聞きます。24時間「しなくて

ほんの少しの「余裕」

は「に追われ、今、この時期に必要な親子のふれあいができずに時が過ぎていく。また、完璧を求めるが故にわが子にも「いい子」を求め「こうでなくては」という立ち、つい手が出てしまう。これが虐待につながる一つの要因ではないでしょうか。

少し前の新聞に「『ま、いっか』と力を抜いて子育てをしてみては」という記事がありました。「『いい加減』を自分に許すことからはじめ、力を抜いて少々手を抜いても、幸せな親から幸せな子どもが育つ」と書かれていました。ほんの少しの「余裕」が親にあれば、幸せに育つ子どもたちを少し多く見ることができるとはならないかと考える今日この頃です。



※お問い合わせは
人権啓発広報委員会
(☎880・65669)まで