



## 男の料理教室 開催

### おとう飯(はん)にチャレンジ

9月16日、男の料理教室「おとう飯」を開催しました。「おとう飯」とは、家庭での男女共同参画の推進を目的とし、お父さんや男性が作るご飯のことで、これまで家事をしていない人に対して、料理を作ることをきっかけに、家事・育児などへの参画を促すものです。

「やってもらってあたりまえ」、家事・育児・介護を誰かに任せっきりでなく、家庭での話し合いを大切にし、自分に出来ることから実行しようと呼びかけました。

今回の献立は「お酒に合うおつまみづくり」と題して

- ① 長ネギの三杯酢漬け
- ② 韓国風たたききゅうり
- ③ 焼きナス風なす
- ④ ちくわのツナコーン焼き
- ⑤ お好み焼き風厚揚げ
- ⑥ 鶏むね肉のチーズ焼き

を2班に分かれ共同作業。料理の経験のない方もいらつしやいましたが、講師の指導のもと、楽しく、和気あいあいと手際よく作る事が出来ました。試食会では「これなら手軽にすぐできるわ」「簡単だけど、本当に美味しいわ」「家でも作って出してみよう」などの感想や、各家庭内での役割分担や家事の領域等の話で盛り上がりしました。

今後も、男の茶飲み場的な、気兼ねなく話せる場づくりとして、男の料理教室を開催しようと思っておりますのでぜひご参加ください。



## 第2回

## 小さな町の映画館

9月10日、今年度第2回目となる「小さな町の映画館」を開催しました。

午前は「映画クレヨンしんちゃん 謎メキ！花の天カス学園」を上映しました。子どもたちに大人気のクレヨンしんちゃんだったので35人の来場がありました。午後は2本立てで、1本目は掛合分校演劇同好会のドキュメンタリー映画『走れ！走れ！走れ！メロス』、2本目は佐々木蔵之介さん主演、時代劇コメディ「超高速！参勤交代」を上映しました。掛合分校映画は生徒たちの頑張りに感動されていましたし、時代劇コメディには笑い声があがっていて、とても面白かったです。

今回のアンケートでは、『たまにはゆっくり子どもと同じ映画を観て過ごすのもいいなと思いました』『定期的にみると嬉しい』『小さな子はゴザを敷いて見たいいいんじゃないか』などの貴重な感想を頂きました。ありがとうございました。次回は11月12日(日)開催予定です。近くなりましたら、回覧や告知放送などでお知らせしますので、皆さんお誘いあわせお越しくください。



午前：親子・子ども向け



午後：大人向け

# おいらせ 掛合地区体育大会

6年ぶりの運動会！

久しぶりにみんなで楽しみましょう♪

## 令和5年10月1日(日)

午前9:00開会(12:00終了予定)

◆場 所 掛合中学校校庭

◆プログラム	9:00	開会式
	9:10	ラジオ体操
	9:30	ゲートボールリレー
	9:45	玉入れ競争
	10:00	ボウリングリレー
	10:15	アットホームリレー
	10:30	おやつとり
	10:45	アツアツ早飲みリレー
	11:00	綱引き
	11:20	地区対抗総合リレー
	11:40	閉会式



※天候不良などで中止する場合は、前日又は当日の朝、告知放送でお知らせします！

# 第38回掛合町ふるさとまつり

## 令和5年10月8日(日)

【時間】9:00 オープニングセレモニー

※13:00終了予定

【場所】掛合体育館周辺

【内容】掛合保育所しよっきり太鼓

掛合中学校吹奏楽部演奏

かけや太鼓揃い打ち

子むかで競争

むかで駅伝2023

お楽しみ抽選会

掛合音頭

※掛合名店街&展示もあります！

※詳しくは今月の配布物をご覧ください！



10:35  
start



# おいらせ 秋季環境美化活動

## 令和5年10月15日(日)

午前7時～(雨天決行)

◆作業場所

掛合上地区・・・平岩健康増進広場

佐中地区・・・旧掛合小学校取り壊しのため  
秋季環境美化活動は中止

掛合下地区・・・市道郡下組線(一部)  
(集合場所：野球場裏)

◆参加人数

15世帯未満の自治会…各1名以上

25世帯未満の自治会…各3名以上

25世帯以上の自治会…各5名以上

※回覧でご確認ください！



# おいらせ 掛合いいとこ伝え隊

## 第3回 烏帽子岩登山

一緒に登って掛合の街を一望しませんか？

## 令和5年10月28日(土)

※天候不良の場合は延期

(予備日：11月3日※文化の日)

掛合交流センターに集合(9:30) → 出発

→ ゆっくり上がる → 烏帽子岩到着、軽食

→ ゆっくり下りる → 掛合交流センターへ

→ アンケート記入・解散

◆募集定員：10人程度

◆申込み：掛合交流センターへ電話(62-0189)  
又は直接お申込みください

◆案内人：和泉盛利さん

◆持参品：飲み物、軽食  
熊鈴(ある方)、軍手  
枝を切るもの(ある方)

※回覧もしますのでご確認ください







# 草刈り有償ボランティア!!

作業終了後、交流センターで  
簡単な朝食を用意します☺

城山公園石碑周辺～日倉城址頂上までの草刈り作業をしてくださる方を募集します!

令和5年 10月22日(日) 午前7時～(2時間程度)

◆場 所 : 城山公園石碑周辺から日倉城址頂上まで(集合場所: 日倉城址駐車場)

◆時 給 : 1,500円 ※燃料(混合油)は支給

◆定 員 : 10名程度

◆応募方法: 掛合交流センター(☎62-0189)へ電話、  
または右のQRコードをスマホで読み取って  
応募フォームにご入力ください!



## 掛診だより 第31回

### 「インフルエンザ」

雲南市立病院 天野 志保

今回のテーマは「インフルエンザ」についてです。

朝晩は少しずつ涼しくなっていますがいかがお過ごしでしょうか。

新型コロナウイルス感染症に加えて季節外れのインフルエンザも大流行しているので、  
今回はインフルエンザについてお話しします。

インフルエンザは本来ならば1～2月をピークに冬季に流行を起こしますが、  
最近は季節外れの流行が目立ちます。

コロナが流行し始めてから感染対策のおかげで数年見かけることがなくなっていました、感染対策の緩みから  
最近また見る事が多くなってきました。

症状としては、**風邪症状(喉の痛み、咳、鼻水)**に加えて、**高熱や倦怠感、関節痛**が主になります。

小児だと腹部症状(嘔吐、腹痛、下痢)を起こすこともあります。症状は3～7日程度持続します。

重症化、合併症で危険なものは、インフルエンザ後の肺炎や脳症(意識が悪くなる)です。

重症化しやすい人というのは高齢者や小児、免疫抑制、喘息や肺気腫、糖尿病などの疾患がある方です。

くしゃみや咳で移るのでしっかりマスクと手洗いをする事が効果的です。

治療は基本的には普通の風邪と同様に対症療法です。

重症化リスクがある人(高齢者、小児、喘息など基礎疾患がある方、免疫抑制薬を内服している人など)には  
抗ウイルス薬を勧めますが、そうでない場合は対症療法(解熱薬や風邪薬での対応)で十分とされています。副  
作用のない薬はないので、必要ない薬は基本的には内服を勧めていません。

新型コロナウイルス感染症も流行しているので引き続きマスク・手洗いでの感染対策をお願いします。

季節の変わり目ですので体調に気をつけてお過ごしください。



# 交流センター10月カレンダー

日	曜	市・振興会関係	教室・サークル	日	曜	市・振興会関係	教室・サークル
1	日	・掛合地区体育大会		17	火		・ケアピラティス ・やっちゃんサロン ・そろばん教室
2	月			18	水	・健口教室 ・室内運動教室	・いきいきサロンコスモス ・さざんかの会
3	火		・ケアピラティス ・ひまわり教室 ・そろばん教室	19	木	・にこにこサロン	・コールヨリージョ
4	水		・いきいきサロンコスモス ・さざんかの会	20	金		・手芸クラブ ・そろばん教室
5	木	・にこにこサロン	・コールヨリージョ	21	土		・トールペイント
6	金		・手芸クラブ ・そろばん教室	22	日	・草刈有償ボランティア	
7	土			23	月		
8	日	・掛合ふるさとまつり		24	火		・ケアピラティス ・ひばり会 ・そろばん教室
9	月	・スポーツの日		25	水	・いきいきサロン ・健口教室	・なのはな会
10	火	・筆ペン教室（夜）	・ケアピラティス ・ひばり会 ・そろばん教室	26	木	・筆ペン教室（昼）	・さわやかクラブ ・コールヨリージョ
11	水	・いきいきサロン ・健口教室	・なのはな会	27	金		・そろばん教室
12	木		・コールヨリージョ	28	土	・掛合いいとこ伝え隊	
13	金	・行政相談	・切り絵同好会 ・そろばん教室	29	日		
14	土			30	月		
15	日	・秋季環境美化活動		31	火		・ケアピラティス ・そろばん教室
16	月			※ <span style="background-color: #f9cb9c;">  </span> は休館日です。 予定は変更されることがあります。			



## 陽だまり館通信



今月は陽だまり館から2つの話題をお届けします♪

10月の出張ライブラリーのテーマは  
**「秋に読みたい本 20 冊」**です。  
 食欲の秋、芸術の秋、スポーツの秋…  
 たくさんの秋を詰め込んだ「読書の秋」をお  
 届けしたいと思います。  
 陽だまり館は、本の貸出だけでなく、暑い  
 日には涼みに、寒い日には暖まりに、身近な  
 休憩所のようにご利用いただけます。  
 たくさんの方のご来館をお待ちしています。

**陽だまり館**（掛合交流センター内図書室）

水木土曜）8：30～17：00

火金）8：30～18：00

休館日）日・月・祝日

9月8日、掛合小学校2年生のみなさんが陽だまり館に町たんけん  
 に来てくれました。  
 陽だまり館への質問に答えたり、交流センター内を案内すると、  
 キラキラした笑顔を見せてくれた子どもたちでした。  
 町たんけんを通して、地域への愛着の  
 ひとつに、陽だまり館の存在があると  
 いいなと思います。

