

電動の麻雀卓を寄贈 していただきました！

津房地区公民館便り

編集・発行
津房地区公民館

電話番号
48-2001



今年の四月から、ヨガ教室（第一・三月曜日）と健康麻雀（第一・三水曜日）が始まりましたが、つい先日、に前津房小学校校長の佐藤勝氏より動の麻雀卓（左写真）をいただきました。中古でも数万円はするようですが、「家で使わなくなったので、ぜひ使ってください」ということで譲りうけました。

健康麻雀には毎回七・八名の方が参加してくださっています。まち協の岡さん製作の二台の麻雀卓で「ジャラジャラ」やってきましたが、三台目が追加されました。

十二月から新しく参加される方もいて、ちょうど良いタイミングでの「追加」でした。

毎回参加しているかたの半数は「やったことがない」という方々で、ルールや役（やく）を覚えながらやっている状態です。ので、ぜひ、「初心者」の方もご遠慮なくご参加ください。

なお、麻雀牌は二セット分余裕がありますが、参加者がさらに増えた場合は、公民館で



いつもありがとう ございます→

東恵良の古恵良絃子さんが、季節の折々の絵手紙を公民館の玄関に飾って下さっています。

みなさんに「紹介をしなければ!」とずっと思いながらなかなかできずに今月までずれ込みました。

申し訳ございませんでした。

今後は「更新」されるたびに紹介させていただきます。



「日々是好日」＝「毎日が良い日だ」という意味らしいのですが、そう思えたらいいなとつくづく思う毎日です。
悟りを開かねば!



麻雀卓を購入することもできます。ふるってご参加を！

連絡先 四八―二〇〇一
津房地区公民館 井福まで



↑瓢箪（ひょうたん）から駒」で
しょうか？

←大阪万博のマスコットのミャク
ミャクが馬に乗っています。

年末の大掃除・片づけで… 不要品が出ましたら↓公民館へ

来年の三月八日(日)に九回目の「茶飲み市」を予定しています。

毎年三月の「市」はバザーですが、急に「不要品を！」と公募しても、みなさんにご協力いただくのも大変だと思います。

そこでこの年末の大掃除や片づけの際に、不要品が見つけれましたら、公民館に届けていただければありがたいです。

公民館側にしても、事前に「こんなものがありますよ」とお知らせができますので、よろしくお願

いいたします。

平日であれば公民館・井福か、まち協・岡がおりますのでいつでもお待ちしております。

なおご連絡下されば、運搬手段に難がある場合取りに伺うことも可能

です。

〔品物例〕

・タオルやバスタオル

・タオルやバスタオル

冬眠について

クマによるヒトへの被害が全国で多発していて、毎日報道されています。

冬になっても「冬眠しないクマ」が出没しているそうですが…

基本的にクマは冬眠しないのです！

クマが冬にあまり動かなくなるのは、冬には餌が少なくなるので動き回ってエサを探すよりも、じっとしてエネルギーを節約する方が「コスパ」が良いからで、簡単に手に入る餌があれば、それは動いて食べ物を食べます。



クマは冬眠ではなく、休眠という方が正しいのです。

冬になると全く動かなくなるのは、リスなどの体に小さな動物たちです。動かないと同時に体温・呼吸数・心拍数などを下げて、体が使うエネルギーを極端に少なくします。これが本当の冬眠です。



いずれにせよ、餌をとって十分な活動のエネルギーが得られないなら休眠・冬眠をします。もちろん冬眠・休眠前に体にエネルギー(脂肪)を貯えます。

シカやキツネは冬眠しないのは、餌を手に入れることができるからに他なりません。

鳥たちは冬眠せずに生活しやすいところへ移動(渡



・賞味期限の切れていない食品(調味料やレトルト食品)

・使っていない食器

・洗剤や柔軟剤

などありましたら

らお願いしま

す。

連絡先は

裏面にありま

り)をしますね。

魚類・両生類(カエルやイモリ)は虫類(ヘビやトカゲ)の仲間は大抵の周りの温度によって体温が変化するので、寒すぎたり暑すぎたりすると動けなくなるので、冬は基本的に冬眠します(=動かない)。もちろん海の魚の中には移動して活動し続ける種類もいますね。



ヒトの場合、約37兆個の細胞からできていて、それらの細胞同士の連絡・調整をしているのが、ホルモンや酵素と呼ばれるタンパク質です。これらのホルモンや酵素には働きやすい温度というのがあって、ヒトの場合「ふつう」の体温である36度ぐらいがちょうどいい温度なのです。今、流行っているインフルエンザで、体温が39度とか40度とかになると「ヒーヒー」なるのもホルモンや酵素がうまく働かなくなるから！

ノーベル賞を受賞した坂口志文教授も言及されていた漫画「はたらく細胞」はお薦めです。