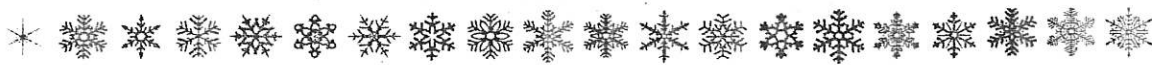




# 生活支援コーディネーター便り vo4

千早赤阪村社会福祉協議会

0721-72-0294



千早赤阪村社会福祉協議会  
ホームページ QRコード

みなさま こんにちは。

寒さがひとしお身にしみる季節ですが、いかがお過ごしでしょうか？



冬は厳しい寒さや空気の乾燥で、感染症にかかるリスクが高まります。

十分な栄養と睡眠、適度な運動などを取り入れて、元気にお過ごしください。

また、暖房器具を使う冬はお部屋の急激な温度差によるヒートショックにもお気を  
つけ下さい。



## 頭の体操

今回はお魚あてクイズです。ヒントからお魚の名前をあててみて下さい。

 問題は4つあります。

**問題1**

- ・「春告魚」という別名がある
- ・子持ち昆布
- ・この魚の卵が「数の子」

**問題2**

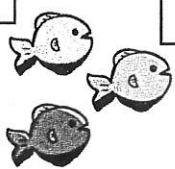
- ・名前の語源はアイヌ語と言われている。
- ・小ぶりで細長い体
- ・卵が詰まった「子持ち」が美味しい

**問題3**

- ・水田や湿地に生息する小さい魚
- ・この魚一匹でウナギ一匹に匹敵する栄養があるとされている。
- ・〇〇〇〇すくい

**問題4**

- ・外見は魚には見えない。
- ・そっくりさんに「イトコ」と「ハトコ」がいる。
- ・英語では「シーホース」と呼ばれる。



こたえは裏面にあります。

お魚クイズ 答え)

問題1-にしん

問題2-ししゃも

問題3-どじょう

問題4-タツノオトシゴ

※ししゃもの語源はアイヌ語で「柳の葉」を意味する「ススハム」であると言われています。

※タツノオトシゴに似ている魚に「タツノイトコ」「タツノハトコ」も存在します。



ふるさとの花（都道府県の花）

今月は関東地方南部（神奈川県・東京都・千葉県・埼玉県）を紹介します

神奈川県の花 やまゆり



県民の投票で最高点となり、  
県の花に制定されました。

東京都の花 ソメイヨシノ



江戸時代の末期から明治にかけ、染井村（豊島区駒込付近）の植木職人が山桜の品種を改良して作りだしたそうです。

埼玉県の花 さくらそう



さいたま市田島ヶ原の自生地は今も昔ながらの面影を残し、国の特別天然記念物に指定されています。

千葉県の花 なのはな



昭和29年NHKが一般公募にて選定しました。

皆さまの『困った時はおたがい様』の気持ちがつながり、地域でのたすけい活動が広がっています。生活支援コーディネーターも『たすけあえる地域』を目指す一員として、地域生活でのお困り事や要望などを聞かせていただきます。

お便りを最後まで読んで頂き、ありがとうございました。