

お知らせ等

1	水	燃えない粗大ゴミ
2	木	
3	金	
4	土	
5	日	
6	月	
7	火	
8	水	
9	木	
10	金	
11	土	
12	日	
13	月	
14	火	
15	水	
16	木	
17	金	
18	土	
19	日	
20	月	敬老の日 燃える粗大ゴミ
21	火	
22	水	第1回老人大学講座
23	木	秋分の日
24	金	みしまだより発行
25	土	
26	日	
27	月	
28	火	集団がん検診
29	水	
30	木	

今年の中秋の名月（十五夜）は**9月21日（火）**です。月の出る時刻は**18時40分頃**です。

集団がん検診のお知らせ
(結核・肺がん・大腸がん検診)

- 対象者：４０歳以上の市民
●検診日：９月２８日（火）
●時間・会場

時 間	場 所
10 : 20～11 : 00	漁協前
11 : 20～11 : 40	羽仁 消防機庫前

●料金

検 診 料 金			
検診の種類		74 歳以下	75 歳以上
肺 結 が 核 ん ・	レントゲン	200 円	200 円
	たんの検査	700 円	300 円
大腸がん（便の検査）		400 円	200 円

※たんの検査は問診で必要と判断された人に行います。その場合、レントゲン検査料金の200円とは別に上記の検診料金が必要です。

お問い合わせ 市保健センター ☎23-1190

老人大学講座開催のお知らせ

日時 9月22日（水）10時～11時
場所 平郡漁協会議室
講師 蟻川嘉子氏（平郡診療所看護師）
演題 「救急担当看護師の経験から（仮）」

※羽仁地区の受講生で、送迎をご希望の方は車で送り迎えいたします。詳しくは後日別紙にてご案内いたします。

※必ずマスクを着用してお越しください。

お問い合わせ 平郡東公民館 ☎47-2211

みしまだより

令和3年8月26日号
発行 平郡東公民館
☎0820-47-2211
平郡総人口 262人
平郡東人口 162人
令和3年7月末日現在

9月1日は防災の日

防災の日（９月１日）は、「政府、地方公共団体等関係諸機関をはじめ、広く国民が台風、高潮、津波、地震等の災害についての認識を深め、これに対処する心構えを準備する」事とし制定された防災啓発デーです。



災害時に備え、ハザードマップなどで避難行動を確認しましょう。
ハザードマップをお持ちでない方は、平郡出張所で避難場所を確認
できますので、お問い合わせください。

お問い合わせ 平郡出張所 ☎ 4 7 - 2 2 1 1

じんのうち
陣内先生の健康メモ “”

皆様こんにちは。平郡診療所の陣内です。コロナウイルスデルタ株の感染が拡大し、心配が尽きない今日この頃ですが、いかがお過ごしでしょうか。

話は変わりますが、皆さま下記の表でどのくらい該当事項がありますでしょうか。

当院以外に通院している医療機関はありますか？

ない・ある→医療機関（ ）

次のうち、もしお困りのことがあれば、○をつけてください。

電話をかける	買い物に行く	食事をつくる
そうじをする	せんとくをする	バスで出かける
車を運転する	薬を忘れずに飲む	お金の管理をする
お風呂に入る	服を着る	トイレに行く
歩く	ご飯を食べる	身じたくをする

目がわるくて、困ることが（ある・ない）

耳がとおくて、困ることが（ある・ない）

トイレが間に合わなくて、困ることが（ある・ない）

→「ある」の場合→1年に何回ありましたか？（ ）回

ここ1年間でころんしてしまうことが（あった・なかった）

最近2週間に次のようなことがどのくらいありましたか？

1. 何かやろうとしてもほとんど興味がわかず、楽しくない
（全くない・数日・2週間の半分以上・ほぼ毎日）
2. 気分が重かったり、ゆううつだったり、絶望的に感じる
（全くない・数日・2週間の半分以上・ほぼ毎日）

他医療機関受診の項目以外で、一つでも該当事項があれば何かしらの心身の機能低下が示唆され、何らかの介入（介護サービスの導入/見直しなど）が必要になっている可能性があります。もし該当するようなことがあれば診療所に相談しに来てもらえればと思います。島で健やかに生きていくために、「自助：自分で自分を助ける」「互助：家族や近所同士の助け合い」「共助：保険（医療・介護）」「公助：行政」の連携が大切になります。お一人暮らしの方も多いので、島全体で島民一人一人の問題に向き合っていければと思います。

外出もなかなかできず、鬱々とした気持ちにもなりやすいですが、しっかりリフレッシュしながらみんなでコロナ禍を乗り切りたいですね！

ぶるぼん隊員の活動報告

平郡と言えば、やっぱり夏が魅力的ですね🌞✨
休みがあれば、毎日でも五十谷海岸で泳ぎたいんですが、中々
そういう訳にもいかず、ムズムズしちよる今日この頃です😞
という事で、泳げる時に泳いできました🏊‍♂️🌊
はあ、ぶち気持ちよかったです！！

ヤスを持って泳ぎましたが、カワハギやシタビラメを仕留め
損なって、後悔の念に駆られていたところ、メバルが現れ、海
藻の中に逃げたところを一突きしました🐟💧
味噌汁にして食べましたが、はあ、ぶち美味かったです🐟✨
別の日には、ウマヅラハギを仕留めることに成功！こちらも
味噌汁に！

やっぱり夏の平郡は最高です🌞☆☆☆☆
まだまだ泳ぎたい～っ🏊‍♂️🌊✨✨✨



五十谷で22cmのメバルを突き獲ったぶるぼんさん

“平郡島の暮らし方アンケート”の結果について

この度は、“平郡島の暮らし方アンケート”にご協力いただき、ありがとうございました。お蔭様で貴重なご意見を多数いただくことができました。

同封のアンケート結果は、へぐり船内と平郡東公民館にも掲示しています。また、柳井市のホームページでも閲覧できます。(URL: <https://www.city-yanai.jp/soshiki/40/>)

お問い合わせ 平郡東地区アンケート実行委員会 ☎47-2211

今月の俳句
読売山口文芸欄入選

あおぞら
あお
てつか
あおみかん
青空に
仰ぐ
摘果や
青蜜柑
正司

残暑お見舞い
申し上げます
暑い日が続いておりますが
お変わりなくお過ごしでしょうか
酷暑の折からくれぐれも
ご自愛のほどお祈り申し上げます
平郡出張所

