

2月の行事等予定表

1 水	燃えない粗大ゴミ ビデオ上映会
2 木	ソフトバレー
3 金	
4 土	汲み取り 卓球
5 日	汲み取り
6 月	ソフトバレー
7 火	バドミントン
8 水	
9 木	バドミントン
10 金	
11 土	建国記念の日 卓球
12 日	
13 月	ソフトバレー
14 火	バドミントン
15 水	ビデオ上映会
16 木	ソフトバレー
17 金	
18 土	卓球
19 日	
20 月	燃える粗大ゴミ ソフトバレー
21 火	バドミントン
22 水	
23 木	天皇誕生日 バドミントン
24 金	みしまだより発行
25 土	卓球
26 日	
27 月	市県民税申告相談会 ソフトバレー
28 火	バドミントン

※自主グループの活動については
変更場合があります。

市県民税申告相談会のお知らせ

日 時 2月27日（月）11：00～16：00

場 所 平郡東公民館多目的室

必要なもの

- ・ マイナンバーカードもしくは、
本人確認ができるもの
- ・ 収入金額がわかるもの
(源泉徴収票や支払い調書など)
- ・ 控除内容がわかるもの
(国民年金や健康保険などの社会保険料の領
収書か証明書、生命保険料・地震保険料の
控除証明書、障害者手帳など)
- ・ 口座番号がわかるもの



お願い 申告相談時はマスクを着用し、密集・
密接を避けてください。

お問い合わせ 税務課 ☎22-2111

ビデオ上映会のお知らせ

日 時 2月1、15日（水）

10：30～11：00

場 所 平郡東公民館多目的室

内 容 『平郡笑劇団』
(令和2年2月撮影 ぶるぼん主演)

※ マスクを着用してご来場ください。



みしまだより

令和5年1月26日号
発行 平郡東公民館
☎0820-47-2211
平郡総人口 244人
平郡東人口 155人
令和4年12月末日現在

謹賀新年

新年あけましておめでとうございます。
旧年中は大変お世話になりました。
本年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。



平郡出張所・公民館・地域おこし協力隊・集落支援員 一同

柳井市消防出初式

1月8日に柳井市消防出初式が開催され、3年ぶりの観閲行進に平郡分団も
参加しました。



消防団表彰

本年の平郡東地区表彰者は下記の方々です。（敬称略）
おめでとうございます。

表彰内容	団員氏名
山口県消防協会表彰 20年勤続章	にいむら みのる 新村 実
山口県消防協会表彰 10年勤続章	おおの たにゆき 大野 谷行

ぶるぼん隊員の活動報告

令和5年となりました、1月にしては暖かい日も多い今日この頃。皆さん、本年もどうぞよろしくお願い致します。

平郡島に住んで3年が経過した、私ぶるぼんですが、仕事等の関係で平郡で年を越した事はありませんでした。

なので、今年こそは平郡で年越しをしたいと思っていました🏠🌟すると、KRY 山口放送さんがその様子を取材したいと言ってくれまして、年越しは平郡での取材しながらの年越しと決まりました🏠📺

色々取材させて頂きましたが、帰省された方も含めて、皆さん取材に応じてくれて改めて感謝を伝えたいと思います🐼🌟🌟ご協力頂いた皆さん、本当にありがとうございました😊🌟

因みに、1月5日(木)に早速「熱血テレビ」で放送されました☆テーマは「平郡島でお笑月（おしょうがつ）」という事でしたが、その通り、笑いの絶えないお笑月 VTR でした😊📺

その時撮影した、大嶽の初日の出を載せておきます📺



KAKOKAKO健康MEMO

平郡診療所の看護師の^{ありかわよしこ}蟻川嘉子です。

平郡に来てもうじき2年が過ぎようとしています。島での仕事や生活にもだいぶ慣れてきました。いつも温かく見守り支えて下さる島民皆さまのおかげです。ありがとうございます。

健康の事、普段の生活の中でちょっとした看護の話題を提供したいと考え今月より記事連載させていただくことになりました。

ヒートショック

ヒートショックとは家の中の急激な温度差により血圧が大きく変動することで失神や心筋梗塞、脳出血などを引き起こし、身体への悪影響を及ぼすことです。特に冬場の冷え込んだトイレ・洗面所・浴室など温度差がある場所で起こしやすいです。

予防法は部屋の温度差をできるだけなくすことで、暖房器具設置が望ましいですが、家屋の事情などにより設置が難しい方は次の事を意識してみてください。

浴室に入る前に風呂フタを外す、洗い場に湯をかける、もしくはシャワーをしばらく流すなどして浴室内をあたためてから入る。

湯の温度はぬるめにし身体を慣らして徐々に熱くしていく（熱すぎは禁物）

入浴前と入浴後に水分を補給する。飲酒は入浴後♡
トイレではいきみすぎない。



感謝のお笑いライブ☆開催のお知らせ

日時 3月4日(土)

開場 13時 / 開演 14時 (2時間公演)

場所 サンビームやない

料金 一般 2,000円 / 高校生以下 1,000円

※ 詳しくは広報やない1月号7ページをご覧ください。

平郡出張所でもチケットの申し込みをすることができます。
お問い合わせください。



お問い合わせ 平郡出張所 ☎47-2211

今月の俳句

読売山口文芸欄入選

句仇の賀状に一句大志あり

正司