



ご参加いただき、ありがとうございました。

4月25日（火）に体育館で「1年生を迎える会」をしました。この日は雨にもかかわらず、地域の方が20名以上来てくださり、一緒にゲームをして楽しい時間を過ごすことができました。



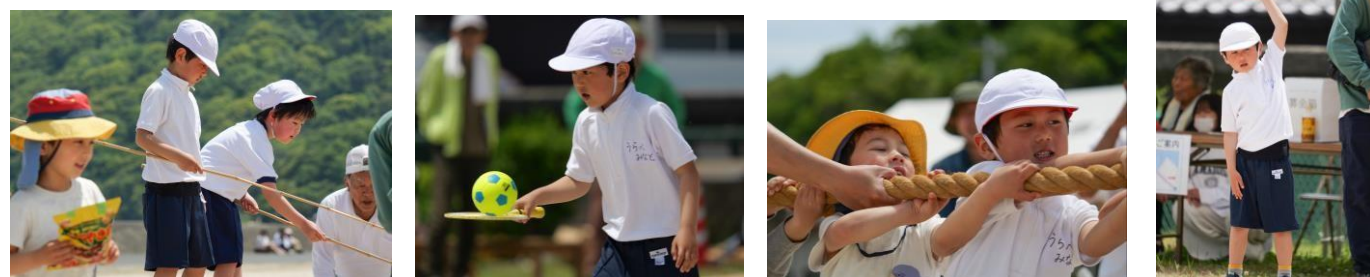
たくさん新しいことを経験しました！

4月27日（木）、健康診断＆社会見学へ行きました。柳東小学校や内科・歯科に行って健康診断を終えると、白壁どおりを歩きました。佐川醤油店で平郡アイスを食べて一休み。その後、柳井の地名の由来となった柳と井戸を見学したり、市の図書館で本を読んだりしました。アデリーホシパークに移動して昼食をとり、遊具で遊びました。1時間以上、汗びっしょりになりながら滑り台などを楽しみました。ゆめタウンの駄菓子屋では買い物体験を、柳井駅では切符購入体験をして、電車に乗って柳井港に帰りました。たくさんの経験を積むことができた一日でした。



楽しかった平郡東地区運動会！

5月3日（水）に平郡東地区運動会が盛大に行われました。前に出て体操をしたり、いろいろな競技に参加したりしました。地域の方々や帰省された方々、島にご縁のある方々など多くの方々と大切なふれ合いの時間をもつことができました。



みしまだより

令和5年5月25日号
 発行 平郡東公民館
 ☎0820-47-2211
 平郡総人口 240人
 平郡東人口 156人
 令和5年4月末日現在

平郡東地区運動会開催

5月3日（水）に浦中手沖埋立地にて、平郡東地区運動会が開催されました。運動会の後には、有志の方々による“餅まき”もあり、にぎわいました。参加者は約180人でした。

写真：岡町隆昌さん



高齢者保健福祉実態調査にご協力をお願いします

市では、毎年、65歳以上のひとり暮らし高齢者、75歳以上の高齢者のみで暮らす世帯を対象に高齢者保健福祉実態調査を行っています。

この調査は、市、市社会福祉協議会、民生委員児童委員協議会が共同で実施し、高齢者の生活実態等を把握することを目的に行っています。また、調査結果は、高齢者福祉計画の策定や緊急時の迅速な援護、柳井地区広域消防組合による防災活動等に活用します。

6月初旬から民生委員が対象者の方のご自宅にお伺いし、緊急時の連絡先や身体状況、日常生活の困りごと、介護サービスの利用状況等をお聞きします。

ご自宅に民生委員が訪問した場合は、調査へのご協力をお願いします。

〇問い合わせ 高齢者支援課 22-2111 内線186

ご寄付

羽根千尋様より、羽根坂和様（縄手）ご逝去に際して香典返しの一部として平郡東地区社会福祉協議会へ多額のご寄付を賜りました。ありがとうございます。地域社会福祉事業資金として活用させていただきます。

平郡東地区社会福祉協議会長 井上重久

KAKOKAKO健康MEMO

気温が高くなると、私たちの体は汗をかくことによって体内の熱を逃し、体温を一定に保とうとします。ところが汗を大量にかきすぎると今度は体内の水分や塩分が不足して脱水状態となり、めまいや立ちくらみなどの熱中症の初期症状が現れ始めます。

意識がしっかりあり、水分の摂取もできるようなら早期回復が見込めます。意識がぼんやりしていたり、動けず水分を摂れない状況であれば迷わず救急車を要請し、救急車を待つ間応急手当を行います。

熱中症の応急手当

- ・ 日差しを避けて涼しい場所に運び、衣類を緩めて安静にさせる
- ・ エアコンをつけうちわや扇風機などで体に風を送り、冷やす
- ・ 太い血管の通っている首やわきの下、太ももの付け根を冷やす
- ・ 水分（できれば経口補水液*やスポーツドリンク）を少しずつ飲ませる

*脱水時や熱中症が疑われるときの水分摂取に適した塩分と糖분을バランスよく含む飲料。

熱中症は近年5月ぐらいから多くなります。今年も気を付けて過ごしましょう。

平郡診療所 蟻川嘉子

今月の川柳

読売山口文芸欄入選

全校に生徒一人の新生

正司

カラオケ開催のお知らせ

日 時 6月2日（金）
19：00～21：30

場 所 老人憩いの家

お問い合わせ 平郡東公民館 ☎47-2211



フジバカマの苗配布のお知らせ

平郡東地区コミュニティ協議会の活動の一環として、フジバカマの苗を無料配布いたします。

ご希望の方は6月2日（金）までに平郡東公民館へお申し込みください。

お問い合わせ 平郡東公民館 ☎47-2211



6月の行事等予定表

1 木	燃えない粗大ゴミ ソフトバレー
2 金	カラオケ
3 土	卓球
4 日	
5 月	ソフトバレー
6 火	新型コロナワクチン接種日
7 水	バドミントン
8 木	
9 金	バドミントン
10 土	卓球
11 日	
12 月	ソフトバレー
13 火	第2回老人大学講座
14 水	バドミントン
15 木	ソフトバレー
16 金	
17 土	卓球
18 日	
19 月	ソフトバレー
20 火	燃える粗大ゴミ
21 水	バドミントン
22 木	みしまだより発行
23 金	バドミントン
24 土	卓球
25 日	
26 月	ソフトバレー
27 火	健康講座・健康相談
28 水	バドミントン
29 木	ソフトバレー
30 金	

※自主グループの活動については変更の場合があります。

平郡郵便局からのお知らせ

6月8日（木）はATM交換のため利用できません。ご了承ください。

お問い合わせ 平郡郵便局 ☎47-2200

老人大学講座開催のお知らせ

日 時 6月13日（火）10：30～11：30

場 所 平郡東小学校体育館

講 師 くらずみかずよし 倉住和良さん（平郡駐在所 所長）

演 題 『振り込め詐欺 その他』

お問い合わせ 平郡東公民館 ☎47-2211

健康講座・健康相談のお知らせ

日 時 6月27日（火）10：30～12：00

場 所 平郡東小学校多目的室

お問い合わせ 柳井市保健センター
☎23-1190

平郡東小学校からのお知らせ

6月中旬に校庭のアジサイが見ごろを迎えます。どうぞ小学校にお立ち寄りください。



バドミントンの開催日変更について

下記の通り開催日が変更されましたので、お知らせいたします。

変 更 前	変 更 後
毎週火曜日、 毎月第2、4木曜日	毎週水曜日、 毎月第2、4金曜日

お問い合わせ 平郡東公民館 ☎47-2211

新任 平郡診療所医師のごあいさつ

医師 市村 尚之（いちむら なおゆき） 先生

はじめまして、市村尚之と申します。
光市の出身です。昨年までは下関で勤務
しておりました。

離島での勤務は初めてですが、皆様のお役に立てるよう精進します。内科でも外科のことでもお気軽にご相談ください。

また、水曜日はバドミントンもしておりますので、一緒に体を動かしましょう。



医師 松本 知己（まつもと ともき） 先生

4月より平郡診療所に来ました。生まれも育ちも山口県防府市で、釣りや体を動かすことが好きです。島民の皆様の健康や悩みについて一緒に考えていければと思っていますので気軽にご相談いただければ幸いです。

まずは平郡島の魅力や良さを知っていただきたいので、たくさん教えてください。診療所でお待ちしています。



新任 平郡診療所職員のごあいさつ

事務員 吉村 富治郎（よしむら ふじろう）さん

4月から平郡診療所にまいりました吉村です。

祖父母や親類が平郡東にいたため、子どものころ夏休みなどには遊びに来ていましたが、島で生活するのは初めてとなります。

まずは島の生活に慣れ、島民の皆様のお顔を覚えていきたいです。

平郡診療所の診療日は水曜日です。医師・看護師一同、よろしくお願いします。

