



1年生を迎える会

4月23日（火）、1年生を迎える会を行いました。新1年生のために多くの地域の方が来てくださりました。一緒に「貨物列車」「進化ゲーム」「〇×クイズ」などのゲームをして楽しい時間を過ごしました。新1年生も、この会を企画した新2年生（お兄ちゃん）も、とてもうれしそうでした。ありがとうございました。



平郡東地区運動会

5月3日（金）、平郡東地区運動会が盛大に行われました。「玉入れ」や「パン食い競争」、大谷選手からいただいたグローブを使っの「メジャーをめざすのじゃー!」、地域の方に教えていただいた「バンザイ平郡島」など、多くの競技や演技に参加しました。今年は、二人でダンスも披露。大きな拍手をいただきました。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。「平郡大好き!平郡最高!!」



みしまだより

令和6年5月23日号
 発行 平郡東公民館
 ☎0820-47-2211
 平郡総人口 229人
 平郡東人口 150人
 令和6年4月末日現在

平郡東地区運動会開催

5月3日（金）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。運動会に参加された方は「お菓子の一本釣り、パン食い競争でお腹を満たして踊りと綱引きとりレーで汗（冷汗）をかきました。久しぶりの運動で筋肉痛はありましたが、こけることなく、とても有意義で充実した素晴らしい時間を過ごすことができました。餅まきでたくさんのお餅を拾い、家族で美味しくいただきました。」とお話しされました。

参加者は約170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、高齢者保健福祉実態調査を行っていますが、自立した生活を送る高齢者が増えていることを踏まえ、ひとり暮らし高齢者の調査対象年齢を65歳以上から75歳以上に引き上げます。

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などに活用されます。

調査対象の場合、民生委員が自宅を訪問しますので、ご協力をお願いします。

○調査対象

75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

○問い合わせ

高齢者支援課 22-2111 内線186

KAKOKAKO健康MEMO

ちょっとした段差に躓くことはありませんか？

つま先が上がらない、病気の影響などから浮腫みがち、腰や膝などの関節の痛みから独特な歩行スタイルなど年齢とともに足も変化します。

今回は「転びにくい靴選び」についてです。

① つま先があがっている

つま先部分が地面についていると、すり足になりがちで高齢者はつまずきやすくなります。つま先が少し反り上がった靴を選びましょう。

② 軽い

重たいだけで足への負担は大きくなり、足が上がりにくくなる原因になります。

③ 地面と接する面積が広い

滑りにくく、歩行が安定します。特に歩行に不安がある方は接地面が広い靴を選びましょう。

④ かかとがしっかりしている

かかとと足首がホールドされ、歩行中に脱げにくいことも大切です。

⑤ 脱ぎ履きしやすい

転倒の危険は歩行中のみならず、脱ぎ履きする場面にも潜んでいます。かかとにプルストラップ(つまみ)がある、開閉がマジックテープやファスナーで行えるなど脱ぎ履きしやすい靴を選びましょう。



平郡診療所 蟻川嘉子

今月の俳句

読売山口文芸欄入選

祖父の名を一字貰いし鯉幟

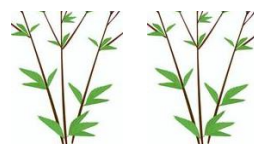
正司

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。

苗をご希望の方は5月31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



老人大学講座開催のお知らせ

日時 6月18日(火) 10:30~11:30

場所 平郡東小学校体育館

講師 倉住 和良さん(平郡駐在所)

演題 『交通安全について(仮)』

お問い合わせ 平郡東公民館 ☎47-2211



6月の行事等予定表

1 土	燃えない粗大ゴミ 卓球
2 日	
3 月	ソフトバレー
4 火	
5 水	バドミントン
6 木	ソフトバレー
7 金	カラオケ
8 土	卓球
9 日	
10 月	ソフトバレー
11 火	
12 水	バドミントン
13 木	
14 金	バドミントン
15 土	卓球
16 日	
17 月	ソフトバレー
18 火	第2回老人大学講座
19 水	ニコニコ健康体操 バドミントン
20 木	燃える粗大ゴミ ソフトバレー
21 金	
22 土	卓球
23 日	
24 月	ソフトバレー
25 火	
26 水	バドミントン
27 木	みしまだより発行
28 金	バドミントン
29 土	卓球
30 日	平郡東ふれあい給食サービス

ア
ジ
サ
イ
見
ご
ろ

※自主グループの活動については変更の場合があります。

給食サービス延期のお知らせ

6月1日(土)に予定しておりました給食サービスですが、都合により6月30日(日)に延期になりました。

ご迷惑をおかけしますが
宜しくお願い致します。



お問い合わせ 平郡東地区社会福祉協議会
☎47-2211

お知らせ

今月(5月)末をもって「平郡東ふれあい見守り協力隊」を解散することになりました。設立以来丸6年間の活動でしたが、それなりの成果があったと思います。

ご協力頂きましたサポーター・自治会長・事務局・関係者の皆さんには、心から感謝・お礼を申し上げます。

どうも有難うございました。

平郡東ふれあい見守り協力隊
事務局 境 幸伸

お詫びと訂正

広報やない令和6年5月号「令和6年度がん検診・肝炎ウイルス検診」の19ページ文中に記載している電話番号に誤りがありました。

皆様にご迷惑をおかけしましたこととお詫びし、次の通り訂正します。
光中央病院健診センターVIVO
誤) 0833-72-0676(光中央病院代表)
正) 0833-72-3939(健診センター直通)

アジサイ見ごろのお知らせ

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

