



11月15日(金)、伊陸小の1～3年生が平郡小に来てくれました。一緒にへぐりの見学をしたり、魚釣りや漁船クルージングをしたりして楽しい時間を過ごしました。この日はたくさんの魚が釣れて大盛り上がり！最後にバーベキューで釣った魚をおいしくいただきました。「平郡を好きになってくれたかな。」「またきてね～！」



12月4日(水)、持久走大会がありました。エントリー走者は2名。飛び入り参加多数。多くの地域の方が大会を盛り上げてくださいました。沿道からのあたたかい声援に、二人は最後まで全力を出してがんばりました。ちなみに、二人以外の完走者は・・・3名でした。走り終わった後は、焼き芋を皆さんにプレゼント。  
「今日は応援ありがとうございました。」  
「ぼくたちがほった芋です。よかったら食べてください。」  
お芋だけでなく、心もほっかほかの素敵な持久走大会でした。



みしまだより

令和6年12月26日号  
発行 平郡東公民館  
☎0820-47-2211  
平郡総人口 217人  
平郡東人口 141人  
令和6年11月末日現在

12月6日（金）に平郡東小学校体育館にて、第5回老人大学講座を開催しました。講師は三島孝雄さんで、演題は『健康体操』でした。

受講生8名、一般参加3名、合計11名の出席でした。



１２月９日（月）に老人憩いの家にて、平郡東地区自治会長集会が開催されました。参加者は１６人でした。

### ①自治会統合について

人口減少にともない、阿宗と内浜、縄手と石仏、大江と中浜、河内と浦中手、江の尻と波止をそれぞれ統合することについて、今後各自治会で相談して決めてもらいたい。

## ②平郡航路について

新しいフェリーは令和9年12月に就航する予定。  
小型化したほうが良いのではとの意見もあるが、へぐりより小さくすると直航・欠航が多くなるため、同じ大きさを予定している。  
先日行ったアンケート結果をもとに後日話し合いの場をもつ。

### ③救急船の発着場所について

経済建設課が１２月１２日に浦・羽仁の発着場所を確認する。  
海に浸かる場所は滑りやすいこともみてもらう。

2 ページに続く



## KAKOKAKO健康MEMO

気温も湿度も低くなる冬場はウィルスが活性化しやすくなります。また、寒いと体温が下がることで体の抵抗力も低下します。抵抗力が弱いと感染症にかかりやすいです。

今回は冬に流行しやすい感染症とその対策についてお伝えします。

### ・インフルエンザ

感染した人の咳やくしゃみの飛沫に含まれたウィルスを吸い込むことや、体やドアノブなどについたウィルスが手に付着し、その手で目や鼻や口などの粘膜に触れることで発症します。突然の高熱、咳、喉の痛みや関節痛などがあらわれます。

予防については、外出時のマスク着用や外出後のうがい・手洗いを、家の中では適度な湿度をこころがけてみましょう。じゅうぶんな休養とバランスの良い食事大切です。また、罹患した場合の重症化や合併症を低くする目的でワクチン接種も有効とされています。

### ・胃腸の感染症

感染性の胃腸炎は、ウィルスや細菌、寄生虫など、さまざまな病原体により引き起こされますが、冬に流行する感染性胃腸炎の多くは、ノロウィルスやロタウィルスによるものと考えられています。いずれも患者の嘔吐物や便を介して感染し、発症すると、嘔吐や下痢、高熱などの症状があらわれます。高齢者の場合は、吐瀉物による誤嚥に注意が必要です。

流水と石けんでの手洗いが予防の基本です。また、感染力が非常に強いので、吐瀉物などを処理するときは、使い捨ての手袋やマスク、エプロンを着用し、処理後は流水と石けんでよく手を洗い、吐瀉物などが付着した場所は塩素系漂白剤で消毒します。



平郡診療所 蟻川嘉子

## 今月の川柳

読売山口文芸欄入選

くりや  
には  
くりや  
の  
おきてつま  
掟妻の城  
しろ

正司

厨  
台  
所

## 自治会長集会続き

### ④その他

- ・浦小波止根元道路等、市道県道の整備を検討。
- ・二拠点居住をされている方に自治会費の支払いを検討。
- ・クリーン作戦で盛りの草刈りを検討。
- ・浦地区暗渠出口にゴミ侵入防止柵設置を検討。

## 平郡診療所休診のお知らせ

12月28日（土）～1月5日（日）の間、平郡診療所は休診となります。

緊急時には救急船かドクターヘリの対応になります。休診日でも電話（47-2032）は診療所スタッフに転送されます。

お問い合わせ 平郡診療所 ☎47-2032



## 1月の行事等予定表

|      |                                |
|------|--------------------------------|
| 1 水  | 元日<br>燃えない粗大ゴミ                 |
| 2 木  | ヘアカット（午後1時～5時）                 |
| 3 金  | ヘアカット（午前8時～3時）                 |
| 4 土  | 卓球                             |
| 5 日  |                                |
| 6 月  | ソフトバレー                         |
| 7 火  | 銭太鼓                            |
| 8 水  | バドミントン                         |
| 9 木  |                                |
| 10 金 | バドミントン<br>カラオケ                 |
| 11 土 | 卓球                             |
| 12 日 | 柳井市消防出初式                       |
| 13 月 | 成人の日<br>ソフトバレー                 |
| 14 火 |                                |
| 15 水 | バドミントン                         |
| 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<br>第6回老人大学講座<br>ソフトバレー |
| 21 火 | 銭太鼓                            |
| 22 水 | バドミントン                         |
| 23 木 | みしまだより発行                       |
| 24 金 | バドミントン                         |
| 25 土 | 卓球                             |
| 26 日 |                                |
| 27 月 | ソフトバレー                         |
| 28 火 |                                |
| 29 水 | バドミントン                         |
| 30 木 | ソフトバレー                         |
| 31 金 |                                |

## 年末特別警戒及び出初式のお知らせ

12月28日（土）  
20時～21時に、消防団による年末特別警戒を行います。



また、令和7年1月12日（日）に開催される柳井市消防出初式に、平郡分団も参加します。

お問い合わせ 柳井市消防団平郡分団

☎47-2211

## 花の苗無料配布のお知らせ

花の苗をご希望の方は  
令和7年1月8日（水）  
までに、平郡東公民館に  
お申し込みください。  
種類はパンジーとビオラ  
です。



※数に限りがあります。ご了承ください。

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 1月20日（月）  
10:30～11:30

場所 平郡東小学校体育館

講師 蟻川嘉子さん

演題 “認知症いろいろ”

～日常生活で役立つ情報～

お問い合わせ 平郡東公民館 ☎47-2211



## 皆さま、良いお年をお迎えください

平郡出張所・公民館・集落支援員一同