



大嶽に登ったよ!

2月25日(火)、大嶽登山をしました。お母さんと学校応援団の方と一緒に登りました。1年生にとっては初めての登山。気合いを入れて、いざ出発! 倒木の下をくぐったり、道が細くて急な斜面をロープ伝いに登っていったりして、何とか頂上に到着することができました。大きな岩に登ると、そこには素晴らしい景色が広がっていました。となると・・・今年もこれをやっとなかないと! みんなで、声を合わせて、「やっほ〜!」海沿いの道までしっかり届いたようです。(録音していただき検証済み)



学習発表会

3月6日(木)、体育館で学習発表会をしました。まずは、鍵盤ハーモニカの合奏。とても上手に演奏できました。次は、国語で調べたことをクイズ形式で発表。二人のアドリブのきいた進行に、会場はおおいに盛り上がりました。算数の計算チャレンジでは、速く正確に解くことができました。最後は縄跳びと一輪車を披露。毎日練習を重ねてきた成果を発揮し、大きな拍手をいただきました。温かく見守ってくださった地域の皆様、ありがとうございました! 来年度もがんばります!!



みしまだより

令和7年3月27日号
発行 平郡東公民館
☎0820-47-2211
平郡総人口 209人
平郡東人口 135人
令和7年2月末日現在

老人大学講座開催

3月8日(土)に平郡東小学校体育館にて、第7回老人大学講座を開催しました。講師は松島幸夫さんで、演題は『平郡島に武士がやって来た』でした。受講された方は「平郡島の名の由来に諸説があって面白かった。」とお話しされました。受講生13名、一般参加12名、合計25名の出席でした。



平郡航路に関する意見交換会開催

3月10日(月)に平郡東小学校体育館にて『第2回平郡航路に関する意見交換会』が開催されました。

新造船の基本となる機能・仕様(案)

項目	概要	理由
1 規模	へぐりと同程度 (199t)	・島内インフラを維持するために車両を運搬できるカーフェリーとする。 ・現状の運航数を維持するため、へぐりと同程度の大きさとする。
2 車両搭載数	4t積みトラック4台 +普通乗用車2台程度	・これまでの利用状況を踏まえ、へぐりより搭載数を増やす。
3 旅客定員	定員100人程度	・これまでの利用状況を踏まえ、安全面と快適性を考慮し、客室を1、2階のみとする。
4 動力機関	1機1軸	・現行のダイヤを維持するため、へぐりと同程度の出力と速度を維持する。
5 省エネ対応	省エネに対応した設備の搭載	・国庫補助の要件を満たすために省エネ設備を搭載する。
6 法令への対応	関係法令に対応	・バリアフリー法など

詳しくは平郡出張所(☎47-2211)にお問い合わせください。

KAKOKAKO健康MEMO

血液検査の見方 ～肝機能編～

AST (GOT) (30IU/L 以下) : 細胞内で作られる酵素で、肝細胞もしくは心臓や腎臓などの臓器に多く存在しています。体内でのアミノ酸代謝やエネルギー代謝の過程で重要な働きをします。

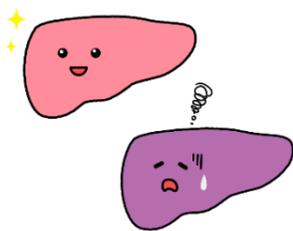
<異常時>何らかの異常で肝細胞が破壊されることにより、血液中に漏れ出します。ただし、AST (GOT) は肝臓以外の臓器にも存在するため、値の増減が必ずしも肝臓に関係しているとは限らず、AST (GOT) 値のみが高値を示す場合は、肝臓以外の病気である可能性もあるので、ALT (GPT) も一緒にチェックする必要があります。

ALT (GPT) (30IU/L 以下) 細胞内で作られる酵素で、主に肝細胞に存在しています。体内でのアミノ酸代謝やエネルギー代謝の過程で重要な働きをします。

<異常時>何らかの異常で肝細胞が破壊されることにより、はじめて血液中に漏れ出します。その数値が高いということは、それだけ肝臓が障害を受けているという状態を反映しています。

γ-GPT (50IU/L) 肝臓や腎臓などで作られる酵素で、肝臓では通常肝細胞や胆管細胞に存在し、胆汁中にも存在しています。たんぱく質を分解・合成する働きをします。

<異常時>お酒の飲み過ぎ・肥満やある種のお薬などにより、γ-GT がたくさんつくられるようになります。そのためγ-GT が血液中に漏れ出し、数値が上がります。また、胆管や胆のうでなにか起こった場合でも数値が上がります。



平郡診療所 蟻川嘉子

4月の行事等予定表

1 火	燃えない粗大ゴミ 銭太鼓
2 水	バドミントン
3 木	ソフトバレー
4 金	カラオケ
5 土	汲み取り 卓球
6 日	汲み取り 婦人部花見会
7 月	ソフトバレー
8 火	
9 水	バドミントン
10 木	
11 金	バドミントン
12 土	卓球
13 日	
14 月	ソフトバレー
15 火	銭太鼓
16 水	バドミントン
17 木	ソフトバレー
18 金	
19 土	卓球
20 日	燃える粗大ゴミ
21 月	自治会長集会
22 火	
23 水	バドミントン
24 木	みしまだより発行
25 金	バドミントン
26 土	卓球
27 日	
28 月	ソフトバレー
29 火	昭和の日
30 水	バドミントン

ヒジキ

令和7年度自治会長集会 開催のお知らせ

日時 4月21日(月) 19:00~
場所 平郡東小学校体育館
※ 地域の困りごと等ありましたら、各自治会長さんまたは、平郡出張所(☎47-2211)にお問い合わせください。

連合自治協議会長 鈴木喜義

平郡東地区運動会について

5月の連休中に、令和7年度平郡東地区運動会の開催を予定しています。



お問い合わせ 平郡東公民館 ☎47-2211

今月の短歌

読売山口文芸欄入選

先生の評
島の銀座の一丁目がかんどころ
料理人手ずからの鱈、都会にはない
美食だろう

飯處島の銀座の一丁目
めしどころしま ぎんざ いっちょうめ
組板の鱈は主が釣りぬ
まないた ぶり あるじ

正司

婦人部花見会開催のお知らせ

日時 4月6日(日) 11時から
場所 平郡東小学校体育館
お問い合わせ ボランティア婦人部
松川 ☎47-2277



狂犬病予防注射のお知らせ

日時 4月10日(木) 10:50~11:00
場所 平郡出張所

※詳しくは広報やない3月13日号
9ページをご覧ください。

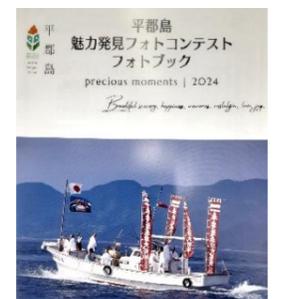
お問い合わせ 市民生活課 ☎22-2111



平郡島魅力発見フォトコンテスト ストフォトブックについて

この度、平郡西地区コミュニティ協議会では昨年秋に実施した、平郡島フォトコンテストに応募のあった写真を取り纏めた写真集を発行しました。

各戸1冊配布していますが、追加のご希望のある方は平郡出張所(☎47-2211)までお申し出ください。



※自主グループの活動については変更の場合があります。

平郡診療所医師 松本知己さん離任のご挨拶

平郡島の皆様

2年間大変お世話になりました。

父が離島で育ったこともあり、離島の医療を支えるDr.になることが夢でした。働いてみるとたくさんのやりがいがあり、とても成長させていただいた2年間でした。

同時に、出来ることの限界を感じる日々でもありましたが、これからより多くのことを勉強しパワーアップして、いつかまた平郡島で働くことができると嬉しいです。

私のモットーは「歴代Drに負けず、誰よりも平郡を愛する医師になること」です。今後とも努力いたします。以下一部ご紹介です。

- ・診療終わりに海で泳いでメガネをなくして次の日困る
- ・尺アジ、尺メバル？(1センチくらい足りなかったかも)、ジャンボイサキ、オバケみたいなアオリイカ…(釣り技術向上しました)
- ・夏休みに磯で怪我をして医者が急患になり蟻川さんに怒られる
- ・バドミントンや飲み会に呼んでいただいた
- ・やない祭りで焼き芋食べて蒲生先生とクレープを食べ歩く
- ・みなさんと川に飛び込んで救助活動(ヘリにも乗りました)
- ・盆踊り参加
- ・へいぐん♥銭太鼓ガールズデビュー@周東病院祭
- ・じゃがいも、さつまいも、玉ねぎ収穫(人生初) etc

やることリスト

- ・老人大学で健康の話
- ・師匠のジャガイモ収穫
- ・これからも時々遊びに来る

暖かく迎えていただき、孫のように可愛がっていただき、みなさんとの関わりの中で平郡のことがもっと好きになりました。

そんな平郡で、少しでも長くお元気で過ごしてもらいたいと今後も切に願っております。引き続き我慢せずに早めの受診・相談をお願いいたします。

2年間本当にお世話になりました。

末筆では皆様のご健康とご多幸をお祈りいたします。

またね。(^▽^)”””

離任式

3月20日(木)、平郡診療所医師松本知己さんの離任式が行われました。2年もの長きにわたり平郡診療所に勤務され、島民のためご尽力いただいた松本先生に対して花束贈呈およびお見送りをいたしました。本当にありがとうございました。新しい赴任先でも頑張ってください。

