

# いずみ



和泉地区住民の動き H29.12. 1 現在 (前月比)  
 人口: 480人 (+1) 男: 233人 (±0) 女: 247人 (+1)  
 世帯数: 226世帯 (±0)

発行日 平成29年12月27日  
 第131号  
 発行者 大野市朝日第17号5番地  
 和泉公民館  
 電話 0779-78-2110  
 FAX 0779-78-2840  
 メールアドレス izumi-k@city.fukui-ono.lg.jp

大野市教育理念 明倫の心を重んじ 育てよう 大野人



和泉公民館 職員一同

今年もどうぞよろしくお願いたします。

## 新 護 年 賀 平成三十年

あけましておめでとうございます。

### ～自治会 株式会社設立に向けての経過～

和泉自治会では、平成26年4月に策定された「和泉地区地域づくり計画」に基づき、未利用資源の掘り起しや特産農林産物の商品開発などを行い、地域資源を活用した自治会100%出資の株式会社設立に向け検討してきました。この議案について、9月と10月に各地で住民説明会を開催し、役員会でも入念に検討され、11月の臨時総会を経て承認されました。現在は、設立準備委員会を設置し、来春の株式会社設立に向け、準備を進めています。



### 景観美化視察

12月9日(土) 33名の参加で京都を訪れました。最初に嵯峨野鉄道トロッコ列車で亀岡駅から嵐山駅まで乗車し、車窓の景色を楽しんだ後、嵐山駅で下車し渡月橋までを自由散策しました。

嵐山では、手入れされて青々とした雄大な竹林の道を歩き野宮神社や天龍寺などを参拝しました。紅葉は、終盤で残念でしたが、観光・景観美化について考えるきっかけになりました。



1月1日 元 旦  
 1月8日 成人の日

『年のはじめを祝う日』です。  
 『おとなになったことを自覚し、みずから生き抜こうとする青年を祝いはげます日』です。

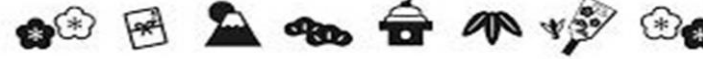


国旗を掲げましょう!

# 1月 行事予定



南天(なんてん)は、冬になると赤い果実を実らせませす。お正月の飾りにもよく利用されます。



日	曜日	行事
1	月	元旦 休館日
2	火	休館日
3	水	休館日
4	木	
5	金	
6	土	
7	日	大野市成人式 13:00
8	月	成人の日
9	火	
10	水	
11	木	老人クラブ新年会 10:30
12	金	
13	土	
14	日	スキー&スノーボード教室 9:00
15	月	ふるさとかるた大会(和泉地区予選) 15:30 大人の昇竜太鼓教室 19:00
16	火	
17	水	
18	木	地区区長会 19:00
19	金	
20	土	
21	日	
22	月	たっちゃんの子ども英語教室 18:00 紙すきフレーム作り教室 19:00
23	火	手芸講座 13:30
24	水	
25	木	
26	金	
27	土	
28	日	ふるさとかるた決戦大会(めいりん) 13:00
29	月	たっちゃんの子ども英語教室 18:00 昇竜太鼓教室 19:00
30	火	
31	水	

## 和泉診療所だより

### 休診のお知らせ

内科: 毎週水曜日

歯科: 1月11日(木) ※午前休診

	12/28 (木)	12/29(金) ~1/3(水)	1/4 (木)	1/5 (金)
内科	○	×	○	○
歯科	○	×	○	○

※ ○診察 ×休診

### ○正月太りにご用心

年末年始は、本人が望む望まずにかかわらず、食べ過ぎてしまう時期です。特に正月は太りやすいとして有名で、「控えなければ」とわかっていても、ついつい食べ過ぎてしまう時期です。「食べて、呑んで、寝て」の繰り返しが多く、太るのも当然といえば当然。今も、「ベルトがきつい、胃が重い、体重計に乗りたくない・・・」と、思われている方も多いのではないのでしょうか。そのまま放置しておく、メタボ一直線です。

胃は伸縮性に富んだ臓器で、食べれば食べるほど膨らんでいきます。食べ過ぎた翌日の胃は膨張しており、この状態で食べ続けてしまうと、胃が膨らんだ状態が日常となってしまう、普段より多くの食べ物が入ることになり、食べ過ぎ体質になってしまいます。正月のペースで食べていると戻るものも戻らなくなってしまいますので、「食べ過ぎた!」と思ったら、まずはほんの少し食べる量を控えることを意識して、胃の大きさをもとに戻すことを心がけましょう。

もちろん、正月だからといって「食べ過ぎないこと」が一番の予防です。

体重増加による弊害はあっても、良いことは一つありません。ご自身のベスト体重を心がけてください。

(和泉診療所 看護師 中村和美)



○診察の際には、保険証を確認します。毎回保険証をお持ちください。

問合せ先: 和泉診療所 TEL 78-2650