

# いずみ



大野市は持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています。

第 188号

発行日 令和4年9月30日

発行者 和泉公民館

大野市朝日第25号5番地

電話 0779-78-2110

FAX 0779-78-2821

メールアドレス

izumi-k@city.fukui-ono.lg.jp

和泉地区住民の動き R4.8.31 現在 (前月比)

人口: 431人 (-1) 男: 217人 (-1) 女: 214人 (±0)

世帯数: 222世帯 (+1)

## 和泉地区敬老会・いきいき発表会

9月11日(日) 地区内の75歳以上の方々をお招きし、和泉小中学校体育館にて敬老会が開催されました。

式典後には、旧和泉村の写真が上映されました。スクリーンに懐かしい顔や風景がよみがえると、皆さんの笑顔がこぼれました。

また、和泉小学校児童の昇龍太鼓の迫力ある演奏が披露されました。和やかな雰囲気の中、長寿を祝福しました。



会場では、「いきいき発表会」も開催され、学校児童・生徒の作品をはじめ、地域の方々の手芸作品や染め物、書写など素敵な作品を多数展示させていただきました。



### 米寿おめでとうございます

- (角野前坂) 平瀬恵美子さん
- (後野) 三嶋君子さん
- (朝日) 洞口賢明さん
- (朝日) 阿部定子さん
- (ぶなの木台) 池田雅子さん
- (朝日前坂) 原美津江さん

これからも健康に留意され、お元気にお過ごしください。

### 国旗を掲げましょう!



**10月10日 スポーツの日** スポーツを楽しみ、他者を尊重する精神を培うとともに、健康で活力ある社会の実現を願う日

※館報をカラーでご覧になりたい方は大野市ホームページでご覧いただけます。また、カラー版をご希望の方は、公民館までお越しください。

## 10月行事予定



日	曜日	行事
1	土	
2	日	和泉合同体育大会
3	月	
4	火	
5	水	講座: 秋を見つけに行こう より処
6	木	
7	金	
8	土	
9	日	名月観賞と篠笛の調べ
10	月	🇯🇵 <b>スポーツの日</b>
11	火	
12	水	講座: オンライン診療のはじめかた 健康プラスデー より処
13	木	講座: 穴馬紙で年賀状作り
14	金	
15	土	

日	曜日	行事
16	日	講座: 中部縦貫自動車道トンネル見学会
17	月	
18	火	
19	水	より処
20	木	
21	金	地区区長会
22	土	
23	日	
24	月	講座: ハロウィンパーティー
25	火	
26	水	講座: オンライン診療のはじめかた
27	木	
28	金	
29	土	九頭竜紅葉まつり
30	日	九頭竜紅葉まつり
31	月	

### 和泉診療所だより

#### 季節の変わり目に要注意!!

これからの季節に特に気をつけたいことは血圧の急上昇です。このコラムでは、気温による血圧の変化と予防策をご紹介します。

最近、秋の肌寒さを感じる季節になってきましたね。

血圧は春から夏にかけては低く、秋から冬にかけては高くなります。これを血圧の季節変動といいます。気温が低くなると、交感神経の働きが強くなり血管が縮み血圧が上昇します。暖かい場所から寒い場所へ移動するときなどは、寒暖差によって血圧が急激に上昇します。血圧の上がりやすい冬の初めは、心筋梗塞、心不全、脳血管疾患などを最も発症しやすい季節なので注意が必要です。

予防策として一番大切なのは、「毎日血圧を測ること」です。夏季の低い血圧を基準にして値を比べてみてください。高血圧の方は、夏に比べて冬の方が10mmHg程度高いという報告があります。冬場の血圧上昇は脳卒中や心筋梗塞のリスクを高めます。血圧や心臓に負担がかからないように、入浴時は脱衣所と浴室を暖める、外出時は防寒着やマフラーを身に付けて急な冷えから体を守る、手洗いうがいなどの感染症対策を行い、体調不良を防ぐことも大切です。着るものや部屋の温度をこまめに調節し、できるだけ急激な血圧の変化が起こらないように工夫して過ごしていきましょう。

- ※ 受診の際は必ずマスクをつけてください。
- ※ 受診の際には、保険証をお持ちください。

和泉診療所 TEL 78-2650

#### 休診のお知らせ

(内科) 毎週水曜日

(歯科) 毎週木・金曜日

## 「オンライン診療」のはじめかた

日時 10月12日(水) 午後3時～  
10月26日(水) 午後3時～

場所 和泉地域交流センター

参加費 無料

持ち物 スマートフォン、保険証、クレジットカード(持っている方のみ)

定員 各回3名まで(先着順)

内容 診察の予約から薬の受け取りまで、オンライン診療のはじめかたを学びます



## 中部縦貫自動車道 トンネル見学会

日時 10月16日(日)  
午前9時～12時

場所 和泉地域交流センター 集合

参加費 無料

内容 (仮称)和泉IC、和泉トンネル(貝皿)、川合トンネル(長野)の見学

申込締切 10月13日(木)



※長靴・汚れてもいい服装でお越しください

## 応急手当講習会

9月9日(金)、大野市消防本部の阪上明宏救急救命士を講師に迎え「応急手当講習会」を開催しました。いざというとき、家族や周りにいる人がすぐに手当てを行えば、救命の可能性は高くなります。参加者は、心臓マッサージ、AEDの使用方法などを実技指導を受けながら真剣に学んでいました。



## 公民館リレー講座 化石講座と発掘体験

9月17日(土)大野市の酒井佑輔学芸員を講師に招いて開催しました。和泉郷土資料館で、トンネル工事で掘り出された岩石には、太古の和泉地区の歴史が詰まっていること、和泉地区はアンモナイトや恐竜の化石が見つかる世界でも貴重な場所であることを学びました。ホロツサでは、各時代ごとの岩石をハンマーでたたき、植物の化石などを見つけました。



## 穴馬紙で年賀状作り～紙すき編～

日時 10月13日(木)  
午後2時～

場所 和泉地域交流センター

講師 中村志野さん

参加費 200円

定員 10名

内容 はがきサイズの穴馬紙を作ります

申込締切 10月11日(月)

※年賀状講座～絵手紙編～も予定しています



## 今月の図書紹介

月に1回、約100冊の本を入れ替えています。図書のリクエストも受け付けています。



■「#動物園に行こう」  
JTBパブリッシング 編



■『世界を変えた100の化石』  
ポール・D・テイラー他 著  
真鍋 真 監修

## フレイル予防講座

日時 11月2日(水) 午後1時30分～  
11月22日(火) 午後1時30分～

場所 和泉地域交流センター

講師 明治安田生命 高原康美さん

参加費 無料

定員 各20名

内容 フレイル危険信号を見逃さないための予防法を紹介します

申込締切 10月28日(金)

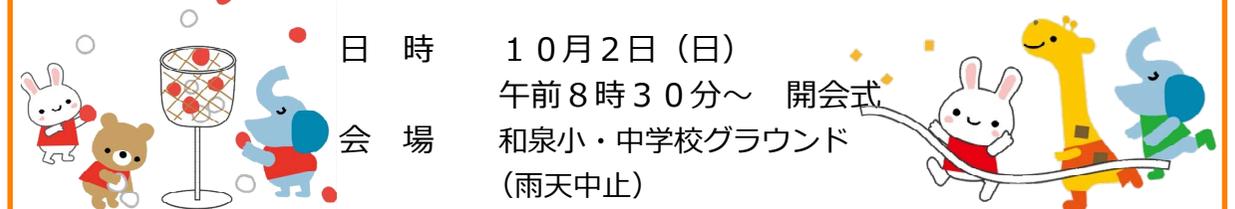
※加齢とともに心身の活力が低下し、健康障害を起こしやすくなった状態をフレイルといいます



## 第7回 和泉合同体育大会 スポーツの秋を楽しみましょう! 今年からなんと!参加点がもらえます!地区の皆様、奮ってご参加ください!!

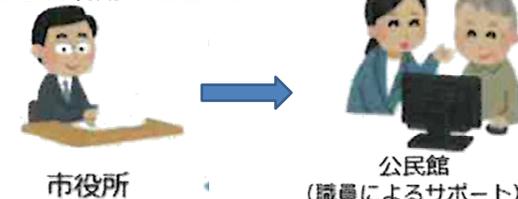
日時 10月2日(日)  
午前8時30分～ 開会式

会場 和泉小・中学校グラウンド  
(雨天中止)



## ご利用ください!リモート窓口

これまで市役所の窓口まで出向き、相談、申請などされていたことについて、和泉地域交流センターに来ていただければ、市役所担当課とリモートでつないで、パソコンの画面を通して対面で相談が行えるようになりました。ぜひご利用ください。



## マイナンバーカード交付申請について

マイナンバーカードは公的な身分証明書となるだけでなく、健康保険証の機能や電子証明書として使用可能となるなど、暮らしを便利にするカードとして普及が進んでいます。マイナポイント第2弾の対象となるには、12月末までにマイナンバーカードの申請が必要です。和泉地域交流センターで申請ができます。この機会にマイナンバーカードの申請をお願いします。

マイナポイント

ポイント取得のための  
カード申請期限は、  
12月末だよ!

もらっちゃおう!

