



# いずみ

和泉地区住民の動き H30.11.1現在(前月比)  
 人口: 483人(-1) 男: 238人(±0) 女: 245人(-1)  
 世帯数: 228世帯(±0)

発行日 平成30年11月30日  
 第142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

## 穴馬紙すきにチャレンジ!!

公民館では毎年、地域の伝統、ふるさとの良さを再確認し、次世代へ継承することを目的として「穴馬紙すきにチャレンジ」を開催しています。

11月16日(金)穴馬紙(大)すきの会の方々を講師に迎え、和泉小5年生と先生で穴馬和紙の原料のコウゾを朝日地区集会所(朝日道場)前で採取しました。

11月20日(火)にはコウゾの皮はぎを、11月27日(火)は灰汁づくりとノリウツギの皮はぎを、公民館にて行いました。和泉小学校の児童たちは、はじめて挑戦する穴馬紙を作る工程に真剣に取り組んでいます。最終回の紙すきをするまでにはコウゾの繊維ほぐしなど、まだいくつもの工程があります。

紙すきは2月を予定していますので、日程が決まりましたらお知らせします。興味のある方は、ぜひ参加してください。



(ノリウツギ皮はぎ) 11/27

## 全5回シリーズ

(朝日地区集会所前・コウゾ採取) 11/16



(コウゾを蒸す→皮はぎ) 11/20



## 福祉講演会(老人クラブ・和いずみ安心の会)

11月7日(水)、和泉公民館において午前中に健康長寿課の職員による、老人が元気に過ごしていくための食事の話聞き、そのあと昼食(豚汁・いちほまれ)をみんなでいただきました。午後からは、善導寺の住職による福祉講演会が開催されました。一日をとおして、多数ご参加いただきありがとうございました。



国旗を掲げましょう!

12月23日 天皇誕生日『天皇の誕生日を祝う日』です。



# 12月 行事予定



今年もあと少し、公民館横の紅葉(もみじ) 11/28撮影

日	曜日	行事
1	土	
2	日	
3	月	子ども英語教室 18:00、ヨガ教室 19:00
4	火	
5	水	(健康プラスデー)より処
6	木	
7	金	
8	土	歴史・文化視察(金沢) 7:30
9	日	
10	月	子ども英語教室 18:00
11	火	パラコード小物づくり講座 19:00
12	水	より処
13	木	
14	金	
15	土	
16	日	
17	月	ヨガ教室 19:00
18	火	
19	水	より処
20	木	地区区長会 19:00
21	金	
22	土	
23	日	天皇誕生日
24	月	振替休日
25	火	クリスマスお楽しみ会 10:00
26	水	
27	木	
28	金	
29	土	休館日
30	日	休館日
31	月	休館日



## 和泉診療所だより

### 休診のお知らせ

内科: 毎週水曜日

※12/29(土)~1/3(木)お休みします。  
 年始は、1月4日(金)より診療あります。

### ○寒い日の血圧について

冬は血圧が高くなると感じていませんか。寒いと血管が収縮して固くなるため、普段よりも全身に血を送る力が強くなり血圧が上がります。その結果、心臓に負担がかかり血管も硬くなりやすくなります。血圧を安定させるために、暖かい部屋で過ごすようにする、適度に体を動かして血のめぐりをよくするよう心掛けてください。

また、暖かい状態から急に寒くなるなど大きな温度差を感じると、血圧は急激に変動します。すると、脳梗塞や脳出血、心筋梗塞などの病気を引き起こす危険性が高くなります。特に入浴時の脱衣所は注意が必要です。脱衣所を温かくしておくなど血圧の変動を防ぐ工夫を心がけてください。

### ○インフルエンザの予防接種はお済みですか?

福井県内でもインフルエンザの流行の兆しが見られています。12月いっぱいまでには接種を済ませるようにしてください。

### ○年末は早めの受診を!

年末年始は診療所が休診です。「お正月の間にいつもの薬がなくなった!」ということにならないよう、早めに受診してください。

### ○里帰り出産をされている方、予定のあるへ

市外、県外に住所のある方でも、市の保健師が赤ちゃん訪問をさせていただきます。体重の増え方や発達等、お母さんの育児のお悩みについて一緒に考えます。お気軽に診療所にお問い合わせください。

### ○住民健診の結果が届いたら、かかりつけ医の受診時に持参しましょう。

### ○診察の際には、必ず保険証をお持ちください

問合せ先: 和泉診療所 TEL 78-2650