

# 宇波交流センターだより

ささえ愛まめに楽しく集う里うなみ

令和二年



令和2年11月20日発行〈編集・発行〉宇波交流センター  
〒692-0622 安来市広瀬町宇波482-2 Tel(兼fax):0854-36-0852  
Mail:unami.cs@city.yasugi.shimane.jp

10月末宇波地区人口統計 (安来市人口統計より)	人口	戸数	10歳代以下	20～30歳代	40～50歳代	60～70歳代	80歳代以上
	214名	92戸	13名	25名	45名	84名	47名

## 健康ウォーク 紅葉を楽しみながら塩滝へ行こう！(11/8)

5月より延期にしていた健康ウォークを開催しました。子供から大人まで21名の参加があり、検温などの健康チェックをしたあと、宇波の名所である塩滝まで往復で約3kmを歩きました。天気も良く少し汗ばむ位の気候で、きれいな紅葉を楽しみながらのウォーキングは普段車の中から見る紅葉とは違い空気も澄んでいてとても綺麗で、心も体もリフレッシュできたように感じました。

イベントが中止になる中での開催に、久しぶりに顔をあわせ会話もはずみました。コロナ対策をしながらでも、少しずつイベントができるようになるといいですね。



塩滝をバツクにパシヤ！



健康チェック



紅葉がとても綺麗でした。

塩滝まで初めて歩いて行きました。とても気持ちよかったです。

川に魚がいっぱいいました。楽しかったです。



塩滝まで遠いと思っていたけど、みんなで楽しく歩いて行くと案外近く感じられ、あっという間につきました。楽しい時間でした。

子供達も参加してくれました





宇波地区文化祭は中止になりましたが、詩歌同好会さんの作品を交流センター玄関に展示させていただきました。作品をご紹介します。

ひ孫来る抱きたけれと抱れぬ身  
仕草可愛く目が合ふ笑う  
患子

コロナ禍に孫達会えぬとメルレして  
う合えらるを 樂かに待つ  
患子

冷干す 大夏に陽が射す取り入れに  
温し浴びる日わうれしく  
俊夫

酷暑奇 金床の香漂いて  
夫の散髪 なせもは遙か  
患子

かたむりあまの葉の裏びたり付き  
謡が聞えて 角のぼりあり  
患子

梅漬も我の仕事の一なり  
しそを混じえて来る字を待つ  
良子

送り火も 焚ききき言終えて  
またお帰りとそとつがやく  
良子

微笑で 遺影の姉は痛みませ  
五月の空の あかね雲の中  
患子

背を栗植ち日遙かなり  
進む息を拾うは へり路  
俊夫

鯉のぼり泳いで嬉し宮上は  
一ターン家族に拍手をわくる  
陽子

### ジャムを販売しています！

今年も、ゆずの収穫期がやってきました。みなさんのお宅のゆずのなり具合はいかがですか？

さて、めざせ宇波の特産品！ということで、うな民クラブで作っている宇波のゆずジャムを交流センターで販売しています。お問合せは交流センターまで！



交流センターのメタセコイヤの木が色づき始めました！



## ドクター中西 元気クリニック

在宅医療、内科、循環器内科、小児科、泌尿器科

車がないと交通の便が悪いですが、往診もしますので気軽に電話ください。

### 診察時間

午前8時～12時

午後4時～6時

飛行機便の都合で、休診がありますので、ご注意下さい。

Dr.中西敏雄

広瀬町布部758

TEL: 36-0009

### 12月の開院日

11日(金)午後のみ(午前休診)、  
12日(土)、13日(日)は午前午後  
14日(月)午前のみ(午後休診)  
25日(金)午後のみ(午前休診)、  
26日(土)、27日(日)は午前午後、  
28日(月)は午前のみ(午後休診)

### インフルエンザワクチン

10月15日から来年1月までインフルエンザワクチンをうっています。コロナもあるので、インフルエンザの予防をしっかりやってください。

### 特定健診

市から通知が来ている方は健康診断を受けて下さい。比較的すいている午後がおすすめです。

### コロナウイルス

あいかわらず、コロナの注意が必要です。マスクをして3密を控えることで予防できます。人の集まりではマスクをしてください。マスクをしていても他人との長時間の会話や、大人数での飲み会は控えてください。人のいる所への外出から帰ったらうがいと手洗いをしてください。

熱のある方で受診希望の方は、電話してから来院下さい。

コロナとインフルエンザの検査ができるようになる予定です。



☆イベント時などで撮影した写真は交流センターだよりやホームページなどで使用させていただきます。支障がある方はお申し出下さい。