

宇波交流センターだより

2月号

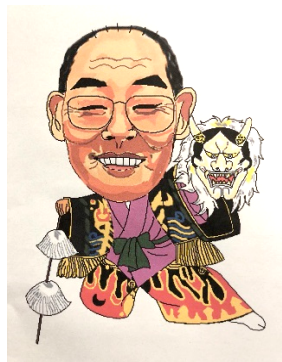


ささえ愛
まめに楽しく集う里
うなみ

平成30年1月18日発行(No.201710)〈編集・発行〉宇波交流センター

〒692-0622 安来市広瀬町宇波482-2TEL(兼fax):0854-36-0852

Mail:unami.cs@city.yasugi.shimane.jp



宇波交流センター 館長 遠藤春二

年頭のあいさつ
新年あけましておめでとうございます。
皆様におかれましてはご家族お揃いで輝かしい新年
をお迎えのこととお喜びを申し上げます。
本年もよろしくお願い申し上げます。
昨年は交流センター行事も皆様方のご協力により、
多くの皆さんにご参加頂き、盛り上げて頂きました事
をまず以て厚く御礼申し上げます。
又、自治会輸送活動につきましても創生プロジェクト
の皆様方を始めドライバーの皆様のご協力により順
調に利用して頂いています事に、ドライバーの皆様
重ねて感謝申し上げます。
この宇波の取り組みを先駆けとして東比田でも今
年度からデマンド方式の輸送活動が始まるよう
です、県外からの視察依頼が増えて来ています。
ただ本年の課題としまして平日のドライバー確保が
急務となっておりますので、退職された方からのご協
力を切にお願い致します。
又、交流センターでは二十八年度に取り組みました
地域ビジョンのテーマとして「ささえ愛まめに楽し
く集う里 うなみ」を目指して、現在「うなみの里創生
プロジェクト」の委員で六つの部会に分かれて検討を
重ねて、宇波の将来を見据えて少しずつではありま
すが出来る事から進めて行こうと取り組んでいます
ので本年も宇波の皆様方の変わらぬご理解とご協
力をよろしくお願い申し上げます。
本年も皆様方には健康で幸多い年であります事を
御祈念申し上げます年頭の挨拶と致します。

今年の年男さん年女さんに聞きました！

～今年の抱負～



戊年生まれの皆さんにインタビューして
みました。一部の方ですがご紹介します。

足達玉江さん
宮上(袴谷)

家族に迷惑をかけない
ように生活しなければ
と思っています。



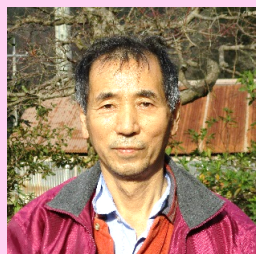
岩田菊枝さん
宮下(岩茂屋)

今年も健康で皆様
にお世話になりながら
迷惑をかけないよう
に生活したいです。



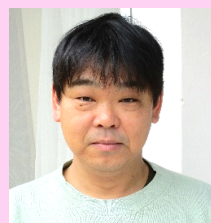
小林光一さん
滝下(坂ノ下)

まだまだ頑張る
つもりです。



小林光昌さん
滝下(上(下井手))

結婚でも
す～かあ！
？？？



細田悠さん
滝下(高田屋)

研究と就職活動に
励みます。

～抱負のつづき～

遠藤直樹さん、かおりさんご夫婦
水田原(高江屋)

家族みんなが健康で笑顔で
楽しく毎日を過ごせるよう
がんばりたいです。

細田光輝さん、祐太さん親子
宮上(中田屋)

サクラマスを釣る！(光輝)

10kg超のヒラマスを釣る！
(祐太)



お知らせとお礼

内祝(御礼)としてご厚志を
頂戴いたしました

細田美沙男様(宮上)

ありがとうございました。
御礼申し上げます。

集落支援員としてお世話に
なっている加藤さんに食器棚や、
食器を提供していただきました。
ありがとうございます。食器も
充実しとても使いやすくなりま
した。ぜひご利用下さい。



12月17日(日)には交流セン
ター運営協議会委員の皆様は交流
センターの大掃除をしていただき
ました。ありがとうございます。

お願い

■交流センター使用申請について■
交流センターを利用される場合は、前
もって交流センターまでお申込み下さ
い。最近、利用が増加してきており重
複する場合がありますので必ず事前の
申込みをお願いします。

ドクター中西 元気クリニック

Dr.中西敏雄

広瀬町布部758 TEL:36-0009

電話はクリニックに不在の時でも、
いつでもつながります。
雪の季節です。車がないと交通の便が
悪いですが、往診もしますので気楽に
電話ください。

2月の開院日

2月9日(金)、10日(土)、11日(日)、12日(月)
2月23日(金)、24日(土)、25日(日)、26日(月)

泌尿器科は2月3日(土)(午前のみ)

診察時間

午前8時～12時、午後4時～6時



在宅医療、内科、循環器内科
小児科、泌尿器科

インフルエンザ

インフルエンザが流行しています。ワクチンを打っていても、油断は
禁物です。熱が出たり、ふしぶしが痛かったりしてインフルエンザかな
と思ったら受診をお勧めします。

高血圧

寒くなると、血圧が上がりがちです。自分は大丈夫と思っていても、寒
くなって知らないうちに血圧が高くなっていることがあります。高血圧
は症状がないので、「静かな殺人犯」と呼ばれています。

寒さ対策

朝の洗面所、夜の風呂からの上がり場、など暖かいところから急に寒
いところに行くと、血圧が上がり、脳出血につながります。暖かくして
過ごしてください。

塩分は控えめに

お漬け物がおいしい季節です。漬け物は塩分が多い食べ物です。控
えめにしてください。漬け物をたくさん食べる秋田県は寿命が短い県
になっています。島根県は長寿の県として注目されています。塩分は
控えめに。