

宇波地区健康を守る会と
宇波交流センターからの
お知らせ

さわやかな風に誘われて楽しくウォーキング!

宇波交流センターだより

平成30年4月18日発行(No.201801)〈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

5月号

ささえ愛
まめに楽しく集う里
うなみ

健康ウォーク&クリーンデー

5月27日(日)9:00~11:00

(雨天中止) 9:00に交流センター集合

宮の谷、滝の谷、水田原方面に分かれて
マイペースで歩きながら、道路沿いに落ち
ているゴミを拾っていただきます。

お茶とゴミ袋は交流
センターで準備します。
手袋や火ばさみなど



同日オープン!

一日限り! 幻のパン屋さん

さなパンず
Sana Pan's

5/27(日)一日限りのパン屋さんをオー
プンします。お昼に、パンとコーヒーで
ホッと一息・・・
どこのパン屋さんかは当日のお楽しみ!
詳しくは来月のチラシや告知放送
でお知らせします。



ドクター中西 元気クリニック

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。

5月の開院日

5月5日(土)、6日(日)
5月25日(金)、26日(土)、27日(日)、28日(月)
5月11-14日は、学会のため、休診にしますので、ご
注意下さい。

泌尿器科は
泌尿器科のみ4月から2ヶ月ごとの診療です。5月12
日(土)診療、6月休診、7月7日(土)診療です。
5月5日の診療とご案内していましたが、変更しました。
ご迷惑をおかけします。

5月1-4日は閉院ですが、家にいますので急患の方
は電話してください。

在宅医療、内科、循環器内科
小児科、泌尿器科

Dr.中西敏雄
広瀬町布部758
TEL:36-0009

診療時間

午前9時~12時、午後4時~6時

*診療時間の変更です。

5、6、7、8、9月は朝9時からの診療とさせて
いただきます。

農作業

農作業の忙しい時期になりました。けが、腰痛、肩痛
などにご注意下さい。腰痛なども気楽に受診して下さい。

熱中症

暑い日の農作業、ハウスの中の作業、お年寄りが家
を閉め切って水分を摂らない、などで熱中症や脱水
になることがあります。暑さ対策をしっかりと。独居の
お年寄りには、暑い日には、近所で声をかけてあげ
て下さい。



うなみの里のひなまつり(4/1)

昨年に引き続き『うなみの里のひなまつり』を開催し、
70名近くの皆様にご来場頂き盛大に開催することが出来ま
した。たくさんのお雛様を皆様にお借りし、島根大学学生
によるミニコンサートやお抹茶席、うどん屋も催しました。
さらにう我幸鮮魚店さんのご協力で新鮮な鮮魚販売やしじ
み汁の無料提供もありました。来年もおひなまつりを開催
したいと考えていますので何か良いアイデアなどありまし
たらお知らせ下さい。

ご協力いただきましたみなさま大変ありがとうございました。



大正時代の泥天神



宮上ミニサロン
「四ツ葉会」の
みなさんの手づ
くりおひなさま

来年もたくさんのおひなさまを飾
ります。
しばらく飾っていないおひなさま
などありましたらお貸しください。
ご協力をお願いします。

島根大学生ミニコンサート



うどん亭



「おいしかった〜!」と、大評判のうどんでした。



～学生さんより～

この度は、宇波の里のひなまつりで演奏する機会を作っていただき、ありがとうございました。短い時間ではありましたが、お越し下さった全ての方に楽しんでいただけたよう、曲目や構成など学生たちでアレンジを加え披露させていただきました。宇波の方々には私達をととても暖かく迎えてくださり、地域のつながりをとても感じました。また、このような機会がありましたら声をかけてくださったら嬉しく思います。本当にありがとうございました。

う我幸鮮魚店 しじみ汁無料



お抹茶

永島志津子さんに
点てていただきました



かじか蛙生息地除草作業(3/14)

うなみの里創生プロジェクト、自然・環境部の皆さんで水田原尻の川土手の除草作業をしていただきました。今年もかじか蛙の美しい声が聞こえてくるのが楽しみです♪



お知らせ と お 願 い

＊毎月第2・第4火曜日の催し＊

【移動販売ヤスクル】
11:00～12:00

安来産の新鮮な野菜、活きのいい鮮魚、乾物など販売しています。また、お弁当や揚げ物、お好み焼きなどの美味しい手づくりの出来たてお惣菜も販売しています。ぜひお越しください!!

【出張美容室キャロル】
9:00～12:00

岩田舞子さんに来ていただきカットしてもらえます。料金は2,000円です。男女、年齢問わず誰でも利用できます、予約が必要です。前日までに交流センターまでお申込み下さい。



ふくろう号を利用
して下さいね!

【セラバンド運動教室】
9:30～11:00

セラバンドを使った簡単な体操です。貯筋のためにまた、日頃の運動不足を解消するためにぜひ一緒に体操しませんか。ウエルヴィクス普及協会の安部良江さんが講師です。

宇波の鋳物を アピールしよう!

～やすぎ刃物まつりにて～

5月4日～5日
9:30～16:00
安来町『荒文館』

今年も宇波の鋳物の紹介をします。昨年は写真の展示でしたが、今年は実際に宇波で作られた鋳物の作品の展示もできたら、と考えています。そこで、みなさんの家に宇波の鋳物がありましたら、どんなものでも構いませんのでお貸しください。宇波の鋳物をこの機会にアピールしましょう!

変更やお休みになることもあります。その場合、告知放送などでお知らせしますのでご注意ください。