

令和3年【発行日】2021年9月22日【水】

【発行所】井野まちづくりセンター

〒699-3301 浜田市三隅町井野へ 1816-2

TEL 34-0007 ・ FAX34-0038

Eメール：ino-k@ofc.herecall.jp

10月号

いの だより

タイトルイラストの無許可の転載、複製、転用等はお遠慮ください。



生涯学習情報

9月27日【月】大正琴教室

13時30分～

10月14日【木】俳句教室

9時30分～

10月14日【木】草木染め教室

9時30分～

10月15日【金】華道教室

13時30分～

10月18日【月】茶道教室

9時30分～

10月20日【水】ガーデニング教室

13時30分～

10月22日【金】農業教室

9時30分～

■10月の手話教室は、調整中です。

井野まちづくりセンターにお問い合わせください。

くか、お世話係の方にお問い合わせください。

移動図書館車「ラフック号」

巡回予定日

10月28日【木】 14:00～14:30

必ずマスクを着用してお越しください。
新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては、巡回が中止される場合があります。
ご理解の上ご了承ください。

池畔句会 9月投句作品

- 秋高くパラアスリート澁刺と
- つゆ草や四方八方手を延す
- 長き夜やバズルが解けて一區切
- 目覚むれば昨日に変わる秋の風
- 歳ひとつ重ねこたえる残暑かな

千枝子
洋子
八重子
信子
さとし

魚食普及月間10月1日～10月30日

魚介類は、カルシウムや不飽和脂肪酸が豊富です。
免疫力をアップさせるのにも効果的です。
積極的に摂るように心がけましょう！



《10月の井野っ地号運行案内》

日	月	火	水	木	金	土
070-3772-4165					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

斜線の日、運休日となります。悪しからずご了承ください。

予約受付時間は、平日(月曜日~金曜日)の午前9時~午後5時までです。この時間帯以外は、電話はつながりませんのでご注意ください。

8月の井野っ地号の利用状況

稼働日数：16日
運行便数：43便
延べ利用人数：71人

8月末日現在の利用登録者数

187人
(施設等入所者を含む)

井野地区の世帯数・人口・高齢化率 (令和3年8月末現在)

世帯数：336世帯
人口：640人
高齢化率：58.9%

(引用：浜田市HPより)

少し若がえりました♪

「地震体験車による地震体験」 開催のお知らせ

令和3年11月14日(日)午前9時~

会場：井野まちづくりセンター駐車場

最近、あまり大きい揺れがないものの、いつ大きな揺れがあるかわかりません。人工的に揺れを起こす「地震体験車」で大きな揺れを体感しませんか。また、地震のために「備えるべきもの・こと」や防災についての豆知識を消防署の方々に教えて頂きますので近所・お友達を誘ってお越しください。

今回はコロナ禍での学習会ですので、3ブロックに分けて行います。次に表示する時間帯にお越しいただき体験して頂きます。

- ①周布地・大谷・殿河内・上小原・下小原
9:00~9:40
- ②芦谷・上今明・下今明
9:50~10:30
- ③諸谷・上室谷・下室谷
10:40~11:20

・開始予定時刻の5分前には、井野まちづくりセンター駐車場へ集合し待機してください。
・参加の申し込み等詳細は、自治会長を通じあらためてご案内させていただきます。

防災部会活動報告

「井野地区防災訓練避難確認表」のご提出ありがとうございました。この確認表を自治会長、民生児童委員、消防団と情報共有し、今後は「井野地区版防災計画」を作成する予定です。12月までには、全地区での情報共有会が終わる予定となっていますので、更なるご協力をお願い申し上げます。



9/19 芦谷自治会の様子





第6回いのまるマーケットが9月7日【火】に開催されました。

4月から9月までの累計参加者は、130人。ご参加ありがとうございます。関係各所とは、毎回ふりかえりと改善点等を話し合い、地域の皆さんが利用しやすい「いのまるマーケット」になるよう検討を重ねております。

今後ともよろしくお願いたします！

「いのまるマーケット」開催日予定日

月	日	曜日	時間
10月	5日	火	10:00~11:30
11月	2日	火	10:00~11:30
12月	7日	火	10:00~11:30

生涯学習教室の出店も続々参画！

11月2日開催

ガーデニング教室のバザー



血圧測定の様子

こんにちは！海乃商店です！！



毎週火曜日にまちづくりセンターに立ち寄り参画しています。
 10月5日【火】試験的に、いのまるマーケットに参画します。新鮮な魚をたくさんお持ちしますので、お誘い合わせの上是非お越しください。滞在時間は、11時～11時25分ぐらいまでとなります。時間が短く誠に申し訳ございませんが、よろしくお願いたします。

コミナス・コラム【認知症に優しいまちって？】

文責：本多瑠美子（まちづくりコーディネーター）

少子高齢化がすすんだ現代では、誰でも発症する可能性があり、私たちにとても身近になった認知症。もし、あなた自身やあなたの家族が認知症を発症したら、どんなことに困りそうですか？

身近にどういった関わりや機能があれば、安心して暮らし続けられそうですか？
 認知症を正しく理解し、誰にとっても住みやすいまちを、地域全体で考えていきましょう。

認知症の暮らしをわかりやすく描いた映画もあります。

機会をもって、ぜひみんなで考えてみませんか。

食べて免疫力を強くする『4つのポイント』（その1）

（井野地区食生活改善推進協議会活動パンフレットより）

①腸管免疫を強化

全身の免疫細胞の6～7割は腸に存在していて、この中の元気に働ける腸内環境を整えているのが腸内細菌です。この細菌は、約1,000種類、100兆個もいると言われてい

ます。その中に「乳酸菌」や「ビフィズス菌」等のいわゆる『善玉菌』がしっかり存在しているほど、免疫細胞が活性化することがわかっています。

その善玉菌を増やす食べ物が発酵食品や食物繊維で、発酵食品には乳酸菌やビフィズス菌が、食物繊維は善玉菌のエサになります。



配布されたパンフレットを見返して、ウイルスと戦うための体づくりを心がけましょ

う！来月は、その2をご紹介します。

第31回人権を考える集い 開催のご案内

人権・同和問題を自分のこととしてとらえ、差別や偏見のない明るい社会を築き、命の大切さを深く考

え、お互いを尊重するまちづくりのため、新たな行動に結び付ける契機となることを願って開催します。

【と き】令和3年11月27日(土) 10時～12時

【と ころ】三隅中央会館 多目的ホール(予定)

【対 象】どなたでも参加できます。

【講 師】木村 泰子氏

「みんなの学校」大空小学校(元校長

会場に、地域の皆さんからお寄せいただいた人権尊

重標語作品の展示を行います。

この機会に、人権・同和問題について一緒に考えてみ

ませんか。是非お越しください。

井野まちづくりセンター福祉教育事業

「優しい気持ちと支えあいで育む」これからの井野地区」講演会開催のご案内

【と き】令和3年12月5日(日) 午後1時30分～3時40分(予定)

【と ころ】井野まちづくりセンター 講堂

【主 催】井野まちづくりセンター・井野地域福祉推進協議会

まちづくり推進委員会・NPO福祉部会

【協 力】浜田市社会福祉協議会

地域づくりやまちづくりは、これから新しい局面をむかえることとなります。分野は

様々でもまちづくりを進めていく上で大切なことは、住民一人ひとりが我がこととして、

ここに住む人のことを、そして地域のことを考え、自分に出ることがあれば取り組む、

参加するという気持ちの育みに他なりません。それはつまり「福祉の心の育み」です。難

しいことでも複雑なことでもなく、自分に何か出来ることは何かないか、《気づき》の機

となることを目的として開催します。

お誘いあわせの上お越しください。お待ちしております！



本を寄贈して頂きました！

芋塚の研究を長年しておられる石賀了氏(大田市)より、井戸平左衛門の物語「いも殿さま」を寄贈して頂きました。

井野の地にも芋塚がたくさんありますので、本を読んで訪れてみてはいかがでしょうか。

