

# 掛合自治振興会だより

発行元：掛合自治振興会 島根県雲南市掛合町掛合 2151-1 TEL/FAX : (0854)62-0189 MAIL : kakeya-c@i-yume.ne.jp



## かけイルミ 2023 もありがとうございました

今年もかけイルミ 2023 にご来場いた  
だきありがとうございました。

「掛け町を元気にする！」を目的に  
し、11月25日（土）のイルミネーシ  
ョンの点灯に合わせ、点灯カウントダ  
ウンイベントを行いました。

新型コロナウイルス感染症拡大防  
止対策のために、近年はイベントを開  
催することができなかつたため、久し  
ぶりのイベント開催でしたが、掛け町  
の方はもちろん、地域外からもたくさ  
んの方にお越しいただき、点灯カウン  
トダウンを盛大に行うことができま  
した。

ワークショップや飲食ブースも好  
評で、「ブレスレットづくりが楽しか  
った」「寒い中、温かい食べ物があつて  
とてもよかつた」などの感想をいただ  
きました。

ネーションとクリスマスマルシェと陽  
だまり館のコラボイベントとして「イ  
ルミ de マルシェ」を行いました。  
ステージイベントでは地域で活動さ  
れている皆さんにご協力いただき、コ  
ーラスやバンド演奏、そして読書普及  
もかねて、読み聞かせや朗読劇を行っ  
ていただきました。悪天候にも関わら  
ず、たくさんの方に参加いただき、と  
てもにぎやかなイベントになりました。

サンタクロースは急遽、交流の館に  
きてもらい、子供たちは大喜びで「あ  
りがとう！」とお礼を言ってプレゼン  
トをもらいました。「すごく楽しかった  
♪」「にぎやかでいいね」「来年も來た  
い」などのうれしい感想をいただきました。

今年で7年目になるかけイルミは  
12月27日（水）22時に消灯します。  
イルミネーションの作品協力や設置、  
イベントへの出演や出店、協賛等、掛  
合町の皆様のおかげで今年も開催する  
ことができました。

ご来場いただいた皆様、かけイルミ  
事業にご協力いただいた皆様に感謝申  
し上げます。本当にありがとうございました。

# 今年最後の小さな町の映画館

## 年3回 無事に終了

11月19日、今年度第3回となる「小さな町の映画館」を開催しました。

午前は子どもたちに大人気ミニオンシリーズの『ミニオンズ フィーバー』を上映しました。スポ少の大会や七五三が重なった影響が少人数ではありましたが、それでも子どもたちの楽しそうな笑い声が聞こえました。今回は初めて畳を敷いてみました。またが、小さなお子さんには大変好評でとても良かったです。

午後は島根県出雲市を舞台にした『釣りバカ日誌スペシャル』を上映しました。地元島根県が舞台という事もあり、とても面白かったようでした。

今回のアンケートでは、『見たい映画があつても映画館に行けないので、いつも楽しみにしています』『今後も企画して欲しい』などの嬉しい感想を頂きました。ありがとうございました。

来年度の予定は未定ですが、地域の皆様に喜んで頂けるように考えていくつもりますので、よろしくお願ひいたします。



↑西谷自治会 渡部さん



（文責：藤原地域福祉推進員）

夏と冬に75歳以上の一人暮らしの方とご夫婦だけのお宅へ自治会福祉部員が季節の健康管理の啓発と見守りを併せて訪問しています。冬の訪問は12月9日～16日の期間で行いました。

石橋福祉部長に同行して西谷自治会の渡部さん宅へ伺いました。部長から「困ったことがあつたら、私が民生委員さん又は福祉推進委員まで相談して下さい」と声を掛けられ、渡部さんは「いつもお気遣いいただき、頂き物もありがとうございます」と笑顔でお礼の言葉をいただきました。

例年よりは暖かい12月でしたが、これから例年寒くなつて來るので、「カ

イロ」と「暖かい飲み物のスティック飲料」をお届けしました。

それと一緒に、寒い季節を元気に過ごすために、①ヒートショック予防②感染症予防③うつ予防の3つの予防の健康管理啓発チラシもお届けしました。

今回の訪問では、施設に入られた方や入院中の方もいらっしゃいましたが、多くの皆さんはお元気でお過ごしのようで安心しました。部員の皆様にはお忙しい中、活動にご協力頂きありがとうございました。

これからも地域で見守りを続けていきますので、皆さまのご理解とご協力をお願いします。本格的な寒さになりますので、健康に十分注意して新年をお迎えください。（文責：藤原地域福祉推進員）

## まめなかね訪問 ～冬～



## 毎年恒例！ 元旦マラソン

月 日(月)

◆集合：掛合交流センター前

◆受付：7時40分～8時

◆コース：1kmコース 又は 3kmコース

※天候不良等で中止する場合は、当日の朝7:00に告知放送でお知らせします。

文字放送でもお知らせしていますので、ご確認ください。

予告

# 陽だまり館からのお知らせ

## 推し本！貸出しています



展示・貸出期間：12月14日(木)～1月11日(木)まで

## 掛診だより 第35回

### 「ピロリ菌」

雲南市立病院 地域ケア科 田中 悠大

今月は「ピロリ感染」についてです。

ヘリコバクター・ピロリ菌（通称ピロリ菌）はらせん状の形をしていて、胃酸の中でも生きられる特殊な細菌です。多くの感染者は無症状ですが、胃炎、消化性潰瘍、胃がんなどのリスクが高くなります。つまり、ピロリ菌は無症状のうちに消化器を傷害するため、検診などで早期発見することが重要となります。

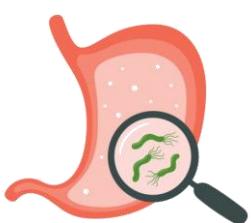
もちろん以下のようないくつかの症状がある場合は積極的に胃カメラを受けましょう。

- ・持続する胃の痛みや不快感
- ・原因不明の体重減少
- ・吐き気または嘔吐
- ・食欲不振

胃カメラでピロリ感染が疑われれば、血液や便の検査で体内のピロリ菌の存在を確認します。ピロリ菌の治療法には、抗生物質や胃酸を抑える薬剤の内服治療が一般的です。この治療が成功すれば、症状が緩和されるだけでなく、潰瘍や胃癌などの合併症を予防する上でも重要な役割を果たします。

まとめると、ピロリ菌は様々な消化器系の健康問題を引き起こしうる、密かに感染する細菌です。特に症状がなくとも、検診を受け、必要に応じて胃カメラ検査を受けることで、病変の早期発見と適切な治療に繋がり、健康維持に大きく寄与する事が期待できます。

今後とも引き続き、胃カメラなど健康チェックの検査を勧めることがありますので、この記事が一助になれば幸いです。一層寒さが増してきておりますので、体調にお気をつけてお過ごしください。



## 「推し本」とは？

男女共同参画推進月間に雲南市立図書館で「ぜひ皆さんにおすすめしたい（推したい）」という絵本や本を展示されていたものです。この展示は市立図書館と男女共同参画センター・まちづくりネットワーク会議の共催で行っており、今回陽だまり館にもお声掛けをいただきました。

毎年男女共同参画センターでは「男女の性別にこだわることなく自分らしく生きよう」をテーマに絵本等の展示が行われています。今年は手書きの図書紹介カードも制作されました。

今回この紹介カードをつけて分かりやすくしていますので、あわせてぜひご覧ください。貸出も可能です。



# 交流センター 1月 カレンダー



| 日  | 曜 | 市・振興会関係  | 教室・サークル                          | 日                               | 曜 | 市・振興会関係           | 教室・サークル                       |  |
|----|---|----------|----------------------------------|---------------------------------|---|-------------------|-------------------------------|--|
| 1  | 月 | ・元旦マラソン  |                                  | 17                              | 水 | ・室内運動教室           | ・いきいきサロンコスモス                  |  |
| 2  | 火 |          |                                  | 18                              | 木 | ・にこにこサロン          | ・さざんかの会<br>・コールヨリージョ          |  |
| 3  | 水 |          |                                  | 19                              | 金 |                   | ・手芸クラブ<br>・そろばん教室             |  |
| 4  | 木 |          | ・さざんかの会                          | 20                              | 土 |                   | ・トールペイント                      |  |
| 5  | 金 | ・新年賀会    | ・そろばん教室                          | 21                              | 日 | ・やさしい日本語教室        |                               |  |
| 6  | 土 |          |                                  | 22                              | 月 |                   |                               |  |
| 7  | 日 |          |                                  | 23                              | 火 |                   | ・ケアピラティス<br>・ひばり会<br>・そろばん教室  |  |
| 8  | 月 | ・成人の日    |                                  | 24                              | 水 | ・いきいきサロン<br>・申告相談 | ・なのはな会                        |  |
| 9  | 火 |          | ・ケアピラティス<br>・ひばり会<br>・そろばん教室     | 25                              | 木 | ・申告相談             | ・さわやかクラブ<br>・短歌会<br>・コールヨリージョ |  |
| 10 | 水 | ・いきいきサロン | ・なのはな会                           | 26                              | 金 |                   | ・そろばん教室                       |  |
| 11 | 木 | ・にこにこサロン | ・コールヨリージョ                        | 27                              | 土 | 全館さんびる清掃のため利用不可   |                               |  |
| 12 | 金 | ・行政相談    | ・そろばん教室                          | 28                              | 日 |                   |                               |  |
| 13 | 土 |          |                                  | 29                              | 月 |                   |                               |  |
| 14 | 日 | ・消防出初式   |                                  | 30                              | 火 |                   | ・ケアピラティス<br>・そろばん教室           |  |
| 15 | 月 |          |                                  | 31                              | 水 |                   | ・いきいきサロンコスモス                  |  |
| 16 | 火 |          | ・ケアピラティス<br>・やっちゃんサロン<br>・そろばん教室 | ※ 橙色は休館日です。<br>予定は変更されることがあります。 |   |                   |                               |  |

## 陽だまり館通信

1月の出張ライブラリーのテーマは

**「心温まる本 20 冊」** です。

年末年始で帰省される方も多く、ご家族にぎやかに過ごされる方が多いと思います。

外は寒くなる季節になりますが、心温まる本を読んでみませんか？

寒くて家に閉じこもりがちになりますが、ぜひ陽だまり館へお越しください。



**陽だまり館（掛合交流センター内図書室）**  
水木土曜) 8:30~17:00  
火金) 8:30~18:00  
休館日) 日・月・祝日

## 【交流センター年末年始の休館について】

**12月29日（金）～1月3日（水）**

休館します。

ご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力をお願い致します。

今年もたくさんの方に交流センターをご利用いただき、ありがとうございました。

来年も変わらず、よろしくお願ひ致します。

交流センター職員一同

