

# 二条だより

2017年8月143号

HP : <http://www.nijo2project.org/>

二条公民館・二条地区振興センター  
〒698-2254 益田市桂平町 76-1  
Tel/Fax 29-0001



行事写真などをカラーで見たい方は  
こちらへアクセスしてみてください

二条地区 世帯・人口動向表 6月末現在		
世帯数	高齢化率	
265	50.5%	
男性	女性	合計
262	292	554

## 健康チェック♪



二条地区4カ所（宮ヶ迫集会所、二条公民館、ほたる会館、楽友会）で健康相談がありました。

健康チェック(血圧測定、尿検査)や熱中症予防のお話を頂きました。

また10日には、益田保健所衛生指導課による「食中毒に気を付けて！～家で出来る食中毒対策を教えてください～」の講演会がありました。

次回の健康相談は11月です。  
健康チェックと骨密度測定を行う予定です。

まだ暑い日が続きます。皆さま体調を崩さないようご自愛ください♪

## 第16回

### 二条・美濃地区 人権・同和教育合同研修会

浅香太鼓集団『獅子』による、迫力ある演奏とトークで人権について考えてみませんか

**日時：8月19日(土) 19:00～20:30**  
**場所：西南中学校 体育館**

主催：西南中 PTA、桂平小 PTA、  
二条地区人権・同和教育推進協議会  
美濃地区人権・同和教育推進協議会

入場無料。申し込み不要。どなたでもご参加いただけます。  
詳細は西南中 別所(Tel29-0013)までお問い合わせください。

三世代交流事業は公益社団法人 JKA の「地域ふれあい交流活動補助事業」の支援を受けて実施しています。



おたのしみわくわく教室

## 防災教室

【日時】  
①8月23日(水) 13:30～15:00  
②8月23日(水) 19:00～20:30  
※ご近所お誘いあわせて、ご都合のよい時間にお越しください。

【場所】二条公民館

【講師】NPO法人 防災支援センター代表  
**桂木正則さん**

もしもの時、あなたはどこに避難しますか？  
何か起こってからではなく、日ごろから準備をしておきましょう！



## 二条健康づくりの会からのお知らせ

◆結核検診(検診車の中で胸部エックス線撮影)

実施日	8月31日(木)
対象者	65歳以上の方
料金	無料
持ち物	レントゲン撮影票
受診方法	対象者の方全員にレントゲン撮影票が送付されますので、切り離さずに会場へ持参し受診してください。
時間	10:45～11:00 桂平・大島武様宅 11:20～11:40 二条地区振興センター 13:00～13:10 ほたる会館 13:25～13:40 福場石油

※検診当日は着脱しやすい服装でお越しください。  
また、金具や柄のない服装が望ましいです。

## 公民館への寄贈

### ありがとうございました！

これまでたくさんの方から、和室用長机、休憩用イス、扇風機、ファンヒーター、テレビ、本棚などの大型のものから、お家で使わなくなった辞典や全集、単行本、ビデオテープなど頂戴しました。  
ありがとうございました。

## ご協力お願い致します！

益田市社会福祉協議会の「フードバンク事業」や、益田市ボランティアセンターの「使用済み切手」、「エコキャップ」の収集活動も引き続きよろしくお願い致します。また、大雨災害義援金箱も設置しております。

## いざ！というときに 一風水害に備えよう (益田市 HP より)

### ■集中豪雨

短時間のうちに狭い地域に集中して降る豪雨。梅雨の終わりごろによく起こる。狭い地域に限られ突発的に降るため、予測が困難。

1時間の雨量	雨の降り方	
10～20 ミリ	やや強い雨	ザーザーと降る
20～30 ミリ	強い雨	どしゃ降り
30～50 ミリ	激しい雨	バケツをひっくり返したように降る
50～80 ミリ	非常に激しい雨	滝のように降る(ゴーゴーと降り続く)
80 ミリ以上	猛烈な雨	圧迫感のある雨。恐怖を感じる。

### ■雨量

1時間に20ミリ以上、降り始めてから100ミリ以上になったら要注意。降っている雨の量を知ることは大切なことです。ひどい雨だなと思ったら、空き缶などを外に置き、1時間に溜まる雨の量を測ってみるのも一つの方法です。  
土砂災害については、1時間に20ミリ以上、または降り始めてから100ミリ以上の降雨量になったら要注意です。

### ■前兆現象

- 土石流・・・●地鳴りや立木の裂ける音、石のぶつかり合う音が聞こえる。  
●雨が降り続けているのに、川の水位下がる。  
●川の水が急に濁ったり、流木が混ざりはじめる。
- 地すべり・・・●地面にひび割れが出来る。  
●わき水や井戸の水が濁る。  
●斜面から水が噴き出す。
- がけ崩れ・・・●がけからの水が濁る。  
●がけに亀裂が生じる。  
●斜面から小石がパラパラ落ちてくる。

**自分の避難場所を、防災マップ、ハザードマップで確認しておきましょう。**

## 8月の行事予定

- 1日(火) ☒
- 3日(木) 二条地区中学合宿(～5日まで)  
(ほたる会館)
- 5日(土) 親子でつくろう！ジビエ料理教室  
<9:00～12:00> (保健センター)
- 8日(火) ☒
- 9日(水) ☒
- 10日(木) みんなの保健室  
《益田市医師会訪問看護ステーション》  
<10:00～12:00> (二条公民館)
- 11日(金) ☒ 山の日
- 12日(土) ☒
- 14日(月) 盆踊り(柏原)
- 15日(火) ☒ 盆踊り(桂平)
- 19日(土) 二条・美濃地区人権・同和教育合同研修会  
<19:00～20:30> (西南中 体育館)
- 22日(火) ☒ 長寿体操  
<14:30～15:30> (二条公民館)
- 23日(水) ☒ おたのしみわくわく教室『防災教室』  
<①13:30～ ②19:00～> (二条公民館)
- 24日(木) eboard 自学教室  
<14:00～16:00> (二条公民館)  
みんなの保健室  
《益田市医師会訪問看護ステーション》  
<10:00～12:00> (二条公民館)
- 25日(金) 広報配布予定日
- 27日(日) 桂平小奉仕作業  
小中地区民連合運動会準備委員会
- 29日(火) 桂平小・西南中始業式
- 31日(木) 結核検診



## <9月の主な行事予定>

- 3日(日) 益田 INAKA ライド
- 07日(木) 肺がん検診(二条地区振興センター)
- 10日(日) 桂平小・西南中・地区民連合運動会
- 11日(月) おたのしみわくわく教室  
「楽しく体を動かそう★」
- 18日(月) ☒ 敬老の日
- 23日(土) ☒ 秋分の日
- 24日(日) 二条地区敬老の日の集い
- 26日(火) ☒ 広報等配布予定日



## 8月巡回診療予定日

- 医師会病院二条出張所
  - 8日(火) 13:30～16:00 岩本内科
  - 22日(火) 13:30～16:00 岩本内科
- 柏原診療所
  - 4日(金) 13:30～16:00 たかせ内科
  - 18日(金) 13:30～16:00 松本医院

