

和田公民館だより 令和6年3月

わだつみ

☎:28-8396 FAX:28-8346

E-mail wadaco@chukai.ne.jp



和田町人口動向 (R6.1.31 現在)

男:1,171(+3) 女:1,278(+1) 計:2,449 (+5)
世帯数 1,151 (+3)



和田公民館ホームページ QRコード
ホームページから最新の情報をご覧いただけます。

3月のおもな行事予定

日	曜日	行 事
3/8 まで	月 ～ 金	ひなまつり展示 期間中、平日の9:00～16:30まで1階和室で展示しています。どうぞお越しください。
6	水	保健師の「出張！なんでも健康相談」 9:30～12:00
12	火	よな GO GO 体操 10:30～、20:00～
31	日	川さらえ

川さらえと一斉清掃のお知らせ

川さらえ

3月31日(日) 8:00～
雨天決行

一斉清掃

4月21日(日) 8:00～
雨天決行

ご協力よろしくお願いします



「綿作り体験学習発表会」

2月20日(火) 和田小学校3年生が、1年間綿づくりプロジェクトに参加し体験したこと、学習したことの成果を公民館で発表しました。地域の方も大勢聴きにいられて、素晴らしい発表で自分達も勉強になったと喜んでおられました。



犬の登録と予防接種が行われます

日 時 4月15日(月) 午前9:30～9:45

場 所 和田公民館

登録手数料 3,000円

注射済票交付手数料 550円

狂犬病予防注射 2,750円

※すでに登録してある犬の登録手数料不要。

登録証と案内ハガキ

(狂犬病予防注射済票交付申請書)を必ずご持参ください。

※生後91日以上の子犬を飼っている方は登録と年1回の予防注射をすることが義務付けられています。

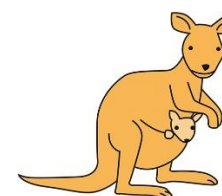
※必ず犬に首輪をつけ、犬の制御ができる方がつれてきてください。注射する際には、飼い主に犬を押さえていただきます。



子育てサークル どれみふぁくらぶ♪

※3月11日(月) 10:30～
室内遊び(和田公民館)

※3月13日(水) 10:30～
室内遊び(弓ヶ浜子育て支援センター)



お問い合わせは公民館(28-8396)まで
どれみふぁくらぶ♪は就園前のお子様と保護者の方の子育てサークルです。おじいちゃん・おばあちゃんも大歓迎。大人も子どもと一緒に遊んでリフレッシュしましょう。

今年もたくさんのお雛様を展示していますので、是非公民館へお出かけください♪
(3月8日まで)



和田小学校・和田保育園
のぞみ保育園
子ども書道教室の作品も
展示してます♪



眠っている『こいのぼり』は
ありませんか？



毎年春になると和田町の大空を元気に泳ぐこいのぼり。
ご自宅で不要になったこいのぼりがありましたら寄付をお願いします。ご連絡は和田公民館まで。

和田地区青少年育成会

和田小感謝集会

2月15日(木) 和田小学校で感謝集会が行われました。多くの地域の皆さん(応援団)が招待され、賑やかな雰囲気では会場は盛り上がりしました。



移動販売車『おまかせくん』が 和田町にきています♪



【販売ルート】（毎週土曜日）

下和田（下和田集会所）10時30分～ 荒神（荒神集会所）10時55分～

中央和田（米澤せつ宅前広場）11時20分～ 上和田（森脇衣料品店駐車場）11時45分～

和田浜駅前（和田浜駅付近）12時10分～ 11区（南公園付近）12時30分～

【販売ルート】（毎週月曜日）

8区2班（公園）10時30分～ つり船神社 10時55分～

真誠会ふる里 11時20分～ 真誠会（大崎ケアハウス）11時45分～

※販売時間は20分間です。

お惣菜・お刺身・お寿司・お肉・野菜・果物・パン・菓子・一般食品・日用品など、
約400品目を積んでいます♪

あなたのまちの保健師だより



こんにちは。保健師の林です。

『3/13 は世界腎臓デー』ということで、今回は、腎臓に関するお話の中でも新たな国民病とも呼ばれている慢性腎臓病（CKD）についてお話します。

慢性腎臓病（以下 CKD）とは慢性的（3か月以上）にわたり腎機能が低下している状態のこと。あまり耳にしな
いかかもしれませんが、実はCKDの患者さんは約1,480万人（20歳以上の約7人に1人）と言われており、身近な
病気です。CKDは生活習慣病やメタボリックシンドロームとの関連が深く、誰でもかかる可能性があります。

腎臓は老廃物や過剰に摂取しすぎた塩分や水分を排泄し、体液を一定に保つ大切な機能を司っています。CKDに
よって腎臓の機能が低下し続け、進行すると末期腎不全となって人工透析や腎移植が必要となる可能性もあります。
また、動脈硬化の危険因子で、脳卒中や心筋梗塞が起こりやすくなります。

CKDは初期の自覚症状がほとんどありません。それが、CKDの怖いところで、患者を増加させている原因でもあ
ります。CKDは早期では治療で回復します。ただ、腎臓は一度あるレベルまで悪くなってしまうと、自然に治るこ
とはないという特徴もあります。

CKDをいち早く見つけるために、定期的に健康診断を受け、尿や血液検査をすることが大切です。特に尿たんぱ
く陽性の方やeGFR値（推算糸球体ろ過量：腎臓の働きが悪いと、数値が低くなる）が基準値より低い方は要注意
ですので、病院で相談し、詳しい検査を受けるようにしましょう。

高血圧や糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病はCKDの発症リスクを高め、腎機能低下を加速させることがわか
っています。そして、生活習慣病には肥満、喫煙、多量の飲酒、運動不足、ストレスといった共通の原因があり、こ
れらの原因はそのままCKDにも当てはまります。これらの因子の改善がCKDの予防にもつながるのです。

今まで腎臓の機能低下について考えたことがなかった方も、生活習慣を見直すことからからはじめてみませんか？
意識を向けることが予防につながります。決して他人ごとではありませんね。

WADASHO NEWSLETTER



校長
福田哲周

和田小学校では、普段から地域の方に来校していただき、子どもたちのために活動してい
ただいています。今月号は、学習ボランティアの方たちの活動を紹介します。

昔遊び



生活科の授業で1年生が、地域の方6名をゲ
ストティーチャーとしてお招きし、昔から伝
わる遊びを教わりました。教わった遊び
は、めんこ、おはじき、お手玉、コマ、けん
玉、あやとりです。6つのグループに分か
れ、グループで順番に遊びを教わりました。
最近では、保育園や幼稚園でも昔遊びをしてい
るようで、中にはとっても上手に遊ぶ児童も
います。上手な児童の様子をじっと観察した
り、ゲストティーチャーにコツを教わったり
しながら、どんどん上手になっていきまし
た。昭和の時代では当たり前の遊びも、「おも
たしなゲーム機に主役を奪われていますが、楽し
い」「できるようにしたい」と楽しん
でいる様子が印象的でした。この後1年生
は、新入生説明会のときに4月に入学してく
る年長さんに「昔遊び」を教えながら交流を
予定しています。

輪を広げよう



5年生は総合的な学習の時間に「福祉」について学習
しています。福祉について学習をしていく中で、いろ
いろなゲストティーチャーをお招きしたり、訪問させ
ていただいたりしました。そして、今回、5年生が関
わってきた人たち同士も仲良くなって、輪を広げたい
という目的で「ボッチャ大会」を開きました。和田地
区の高齢者、米子市包括支援センター、ボッチャ協会
の方、米子市障がい者支援課など総勢50名ほどにな
りました。ボッチャを始める前に、5年生が、いろい
ろな人たちから教わったことをまとめ、参加した方を
前にと発表しました。そして、関わってきた人たちの
輪を広げるために、グループで自己紹介をしていただ
き、話し合う時間を設けました。初めて会う人たちが
でしたが、笑顔や質問など楽しそうな笑顔があふれてい
ました。試合が始まると、あちこちで楽しそうな声が
聞こえてきました。パラアスリートの投球になると参
加した方は、興味深く観ておられました。障がいがあ
るなしに関わらず、どんな方でも参加できるボッチャ
の素晴らしさが伝わったようでした。