

大島地区コミュニティだより

人口・世帯状況
(1月末現在)

男 性 263(-3)
女 性 267(-2)
合 計 530(-5)
世帯数 302(-3)

NO. 244
令和8年3月1日
一発行一
大島地区コミュニティ
運営協議会
TEL/
72-2321
FAX/
72-2322

令和8年 3月の行事予定表

役員会報告 (令和8年2月25日(水)開催)

- ◆2月1日健康教室について
→参加者=9名 健康測定・健康講話・モルックを行った
- ◆2月12日開催航路再編島民説明会
→午前、午後 各15名参加
- ◆2月15日開催について
→参加者=島民9名・看護大7名
学生さん手作りのすごろくで防災について学んだ
- ◆令和8年度指定管理料・まちづくり交付金について
- ◆大島八十八ヶ所千人参りについて
→4月4日・5日に開催
- ◆20周年記念式典について
→記念講演のようなものができたら...
日にちは、コミュニティ総会の日=5月16日(土)
- ◆各区区寄り日程について
→宮崎、東、は未定 堂ノ前=3月28日
町=3月24日 西=3月下旬 谷=3月27日
- ◆コミュニティ部会長について
→令和8年度から 学び健康福祉部会長=PTA会長

健康測定&レクリエーション

2月1日(日)に健康測定&レクリエーションを開催しました。健康測定を行ったあと、講話、大島体操、モルックを実施。講話のテーマは『食事・栄養について』でした。塩分を摂りすぎるとどうなるか、美味しく減塩する秘訣、食塩は何に多く含まれているかなどのお話がありました。大島体操も参加者みんな元気よく行い、モルックもとても盛り上がりしました。



《おいしく減塩の秘訣を一部紹介》

- ・麺類の汁はできるだけ残す
- ・味噌汁は1日1杯以内で具沢山に
- ・練り物やハムなどを控える
- ・食卓に調味料を置かないなど簡単に始められます。『ちよこつと減塩』から始めてみませんか？

うみんぐ大島より「鯛の販売について」のお知らせ

うみんぐでは、脂がのったとても美味しい真鯛(1Kg前後)の販売を行っております！
晩御飯やお土産にいかがでしょうか？

【価格 2,000円/Kg】

是非、ご利用下さい😊

《お問い合わせ・ご予約》
うみんぐ大島まで TEL 72-2361

オンデマンドバス「のるーと」3月からの運行体制変更について

3月1日(日)より土曜・日曜・祝日はみあれ号(定員14名)の1台運行となります。

【変更前】 土曜・日曜・祝日	【変更後】 土曜・日曜・祝日
おおしま号(定員4名) 8:15~17:00	みあれ号(定員14名) 8:15~17:00
みあれ号(定員14名) 10:00~16:00	

併せて、3月1日(日)から土曜・日曜・祝日のタクシー運行が開始しますのでご利用の際はみなとタクシー(080-1741-3710)までご連絡ください。

タクシー運行時間		※通常料金になります(初乗運賃 780円)	※時間外での利用は要相談
平日	11:15~14:45		
土曜・日曜・祝日	8:15~17:00		

《問合せ先 元気な島づくり課:72-2211》

ポイント事業で配布しているお買物券は期限がありますのでお早めにご利用ください(※農協のみ期限は3月19日まで)

緊急時は真っ先に119番

第4回スマホ教室開催のお知らせ

3/6 (金) 13:30~15:40

今回は ***第1回~3回の振り返り***
なんでも相談会 です

詳細は別途配布のチラシをご覧ください。

防災教室~楽しみながら災害について学ぼう~

2月15日に「日赤看護大の学生さんから学ぶ、防災教室」を開催しました。今回は、学生さん手作りのすごろくを使い、災害について学びました。各マスに問題などが書いてあり、例えば『避難指示が出た!友達と一緒に逃げようと連絡が来ました。どうしますか?』というような問いに対し、『A.友達が来るまで待つ B.それぞれで避難する C.友達と集合し一緒に逃げる』の選択肢から正しいものを選び正解したら進む。だったり『道に迷ってしまった。1回休み』など、楽しく遊びながらも学べて、とても勉強になったかと思えます。



駐在所の竹房さんが3月20日(金)16時20分の船で大島を出られます。お見送りに行ける方はぜひ!!

新しく赴任される方は松崎 聖(さとる)さんという方です。4月号でご紹介します!

診療所通信 -Vol.174-

こんにちは、大島に勤務となってから1年近くが経ち、早いもので今年度もあと1ヶ月となりました。先日内示があり来年度も大島診療所での勤務となりましたので4月からも改めてよろしくお願いたします。業務に慣れてきたこともあって以前行われていた胃カメラ検査を4月から再開する予定としております。自分も3年ほど前に胃カメラでピロリ菌陽性が指摘され除菌を行いました。ピロリ菌に感染することで胃の中で慢性的に炎症が起こり胃癌が発生すると言われております。そのためなるべく早い段階で感染を見つけることが重要とされています。家族やご親戚にピロリ菌感染歴がある方は一度検査してみてもいかがでしょうか。また、島外の病院を受診して検査するのが億劫という方も大島診療所であれば気軽に受診できるのではないのでしょうか。

癌の怖いところが症状が出てきた時にはすでに手遅れとなってしまうことが少なくないため症状がなく健康な方も希望があれば診療所にてご相談ください。

大島診療所長 堀 太佑

31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	日	
火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	曜	
						別 リ キ 分 リ ス ス タ ダ ン ス	リ ス ム ・ ス ト レ ッ チ					保 育 所 卒 園 式		い き い き 元 気 教 室				大 島 学 園 卒 業 式		分 別 収 集 日				ス マ ホ 教 室		キ ッ ス ム ・ ス ト レ ッ チ					行 事	
			全 便 フ ェ リ ー	全 便 フ ェ リ ー		危 険 物 便	フ ェ リ ー 地 島 就 航	彼 岸 明 け	全 便 フ ェ リ ー	全 便 フ ェ リ ー	彼 岸 中 日	全 便 フ ェ リ ー		彼 岸 入 り		全 便 フ ェ リ ー	全 便 フ ェ リ ー		全 便 フ ェ リ ー	危 険 物 便		全 便 フ ェ リ ー	全 便 フ ェ リ ー		午 後 フ ェ リ ー			全 便 フ ェ リ ー				
																																旧
																																市 民 図 書 館 コ ー ナ ー 開 館 日
																																事 務 員 在 所 日