

交流拠点都市～観光立市～

# げんき みね。

6

2014  
No.123

m.

That's Mine. It's Mine

Mine秋吉台  
ジオパーク構想



青空の下で元気に泳ぐ  
鯉のぼり



交流拠点都市  
美祢市  
MINE CITY

広報 げんきみね。

発行・編集 美祢市地域情報課

〒759-2292 美祢市大嶺町東分326-1

☎0837(52)1128

☎0837(53)1959

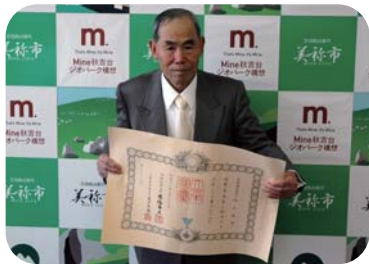
✉jouhou@city.mine.lg.jp

☑<http://www2.city.mine.lg.jp>



# 平成26年春の褒章・叙勲受章者

## 【消防功労】瑞宝単光章 福永 義祐 氏（元美祢市消防団 副分団長）



福永さんは、昭和29年共和村消防団に入団。その後、昭和40年からは美祢市消防団員として39年間、数多くの災害現場で活躍をされました。副分団長を拝命後は消防団活動を円滑に遂行するために尽力され、火災予防思想の普及など多年の経験を遺憾なく発揮され、地域住民に信頼される消防に多大な貢献をされました。

## 【消防功労】瑞宝単光章 長峯 章一郎 氏（元美東町消防団 分団長）



長峯さんは、昭和38年美東町消防団に入団以来、消防団員として39年間、数多くの災害現場で活躍をされました。分団長を拝命後は、消防の使命達成のため、消防水利の確保、消防施設の拡充強化及び火災予防の普及に力を注ぐなど防火思想の高揚に努められ、積極的に消防の推進に尽力されました。

## 【中小企業振興功労】旭日単光章 中島 靖子 氏（秋芳町）



中島さんは、昭和48年の旧秋芳町商工会婦人部設立に携わり、平成6年からの県商工会女性部連合会副会長時代には、県内全商工会での女性部設立に尽力されました。現在は県商工会女性部連合会会長に就かれて12年目になられ、平成23年からの2年間は、全国商工会女性部連合会の副会長も務められています。東日本大震災の際には被災地で仮設住宅に暮らす人々に湯たんぽを届けるなど、支援に取り組みられました。

## 【警察功労】瑞宝単光章 矢田 正男 氏（伊佐町）



矢田さんは、昭和37年に山口県警察官を拝命され、以来42年間、勤務の大半を生活安全部門の刑事として活躍されました。その間、本部長表彰15回、門司税関長表彰1回を受章されており、この度長年の功績が認められての受章となりました。

現在は農業の傍ら、地域の各種役員として活躍されています。

## 【防衛功労】瑞宝双光章 中村 和美 氏（美東町）



中村さんは、昭和46年に海上自衛隊に入隊され、以来35年間中国地方の自衛隊基地（呉、小月、岩国等）で航空機の整備に尽力し、航空安全に寄与されました。在籍期間中には、数多くの賞詞・表彰を受けられ、この度長年の功績が認められての受章となりました。

自衛隊を退職された現在も、民間の航空整備会社に勤務され、航空安全に貢献されています。

### 表紙の説明

5月1日困から5月9日迄まで、市役所駐車場内にて鯉のぼりが設置されました。

鯉のぼりの設置は、毎年5月1日～31日までの1か月間を児童福祉月間と定め、子どもや子育て家庭を社会全体で支える運動の一環として、平成14年から実施しています。

撮影当日は晴天に恵まれ、雲一つない青空が水のように見え、鯉のぼりが生きているように空で泳いでいました。





# 病院だより61

## 美祢市訪問看護ステーションについて

平成21年4月、旧美祢市の訪問看護ステーションみねと旧美祢郡の美秋訪問看護ステーションが合併し、「美祢市訪問看護ステーション」としてみなさんに支えられながら、6年目を迎えることができました。当ステーションは、秋芳総合支所の一角に事務所があります。

美祢市訪問看護ステーションは、6人のスタッフが利用者のご自宅に訪問しています。24時間対応であるため、夜間も必要に応じて訪問をしています。私たちは「目くばり・気くばり・心くばりで、笑顔と真心をあなたに住み慣れたご自宅での療養生活を支援します」を基本に頑張っています。

この広報をみていただくことで、訪問看護のことを多くの人に知っていただけるきっかけになればと思います。実際にどのようなことを行っているのかを具体的に紹介していきます。

訪問看護の主なサービス内容は、健康状態の観察（病気や障害の状態・血圧・体温・脈拍などのチェック）、療養上のお世話（身体の清拭、洗髪、入浴の介助、食事や排泄の介助、がん末期の人が自宅で過ごせるようお手伝いをする）、在宅でのリハビリ

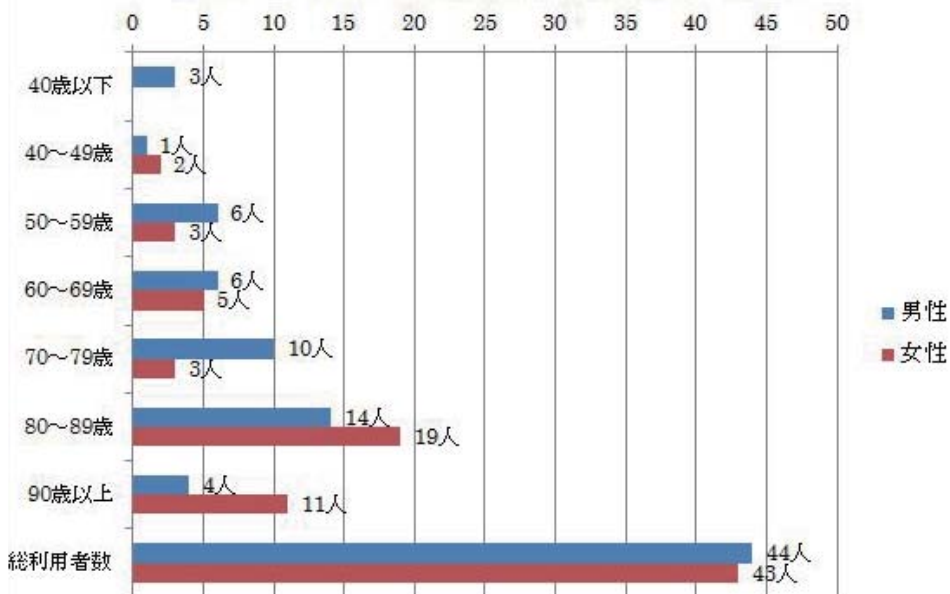
テーション（拘縮（※）予防や機能の回復・飲み込みの機能訓練等）、ご家族への介護支援・相談（介護方法・さまざまな相談対応）、医師の指示による医療の処置（傷の手当て、点滴、チューブ類の管理など）、お薬の管理、医療機器の管理（在宅酸素・人工呼吸器など）、床ずれの予防・処置（床ずれ防止の工夫やアドバイス・手当て）、認知症ケア（事故防止など、認知症介護の相談とアドバイス）、介護予防（低栄養や運動機能低下を防ぐアドバイス）、在

宅改修に関する相談などがあります。

次に訪問看護はどのような人が受けられるのかをご紹介します。疾病、障害をもち療養しながらご自宅で生活をされている人や、病院・施設からご自宅へ帰り過ごされる人、ご本人だけでなく支えているご家族もサポートします。訪問看護を必要とする全ての人を対象とし、赤ちゃんから高齢の人まで利用することができます。

（※）拘縮【こうしゅく】  
関節が動かなくなること

## 平成26年度4月末利用者数(男女別)



現在、高齢化が進む中で病院や施設の利用、介護を必要とする人が増えています。少しでも多くの地域のみなさんが住み慣れたご自宅で安心して過ごせるために私たちは病院や施設、ケアマネージャー、ヘルパー、訪問入浴など様々な機関と協力をして今後も在宅の生活をお手伝いしていきます。ご利用をお待ちしています。



美祢市訪問看護ステーション職員

# 大雨による土砂災害や浸水被害に注意を！ 身を守るのは「早めの避難」です

平成22年7月15日の浸水被害(西厚保町大村)

## ◆災害時の避難所について

災害時（避難勧告等発表時）には、すべての避難所が開設されるわけではなく、災害の規模や場所に応じて開設場所は変わります。開設場所はその都度、告知放送、美祢市安全・安心メール、市ホームページ、広報車等でお知らせします。

## ◆状況に応じた判断を

危険を感じたら、市から避難勧告等が発表されていない場合でも自主的に避難をしてください。

なお、お近くに指定避難所がない場合には、地区の集会所や公会堂、親戚や友人の家など、身近な安全な場所へ一時的に避難し、まず第一に身の安全を確保してください。

また、浸水等により屋外に出ることがかえって危険な場合には、自宅の安全な場所（2階等）に待避するなど、屋内に留まって安全を確保することも避難行動の一つです。

## ◆災害時指定避難所

地区	避難所
大嶺	美祢市民会館、大嶺小学校、大嶺中学校、重安小学校、城原小学校、麦川小学校、桃木体育館、美祢青嶺高等学校、美祢来福センター、美祢勤労者総合福祉センター（サンワーク美祢）、美祢農村勤労福祉センター、美祢産業技術センター、美祢中央公園、河内集落センター
伊佐	伊佐公民館、伊佐小学校、伊佐中学校、上野コミュニティセンター、河原コミュニティセンター、伊佐公園、美祢スポーツセンター、美祢ヘルスパーク（多目的広場）
豊田前	豊田前公民館、豊田前小学校、豊田前中学校、豊田前老人憩いの家、豊田前保育園（御注連会館）
於福	於福公民館、於福小学校、於福中学校、田代コミュニティセンター
厚保	厚保公民館、厚保小学校、厚保中学校、厚保老人憩いの家、川東小学校、東厚小学校
赤郷	赤郷交流センター、赤郷小学校
大田	美東センター、美東体育館、大田小学校、美東中学校、美東桂岩ふれあいセンター、大田多目的広場
綾木	綾木ふるさとセンター、綾木小学校、鳳鳴体育館
真長田	真長田定住センター、淳美小学校
嘉万・青景	嘉万公民館、秋芳八代ぬくもりの里交流センター、青景園、秋芳北中学校、秋芳北部総合運動公園
別府	別府公民館、別府小学校、秋芳消防センター、江原集会所、芹湯公会堂
秋吉	秋吉公民館、秋吉小学校、秋芳南中学校
岩永	岩永公民館、本郷体育館、下郷体育館、杣田公会堂

## ◆「美祢市安全・安心メール」に登録を！

市では、気象情報や避難情報などをパソコンや携帯電話にメールで配信しています。いざというときのために、「美祢市安全・安心メール」に登録しましょう。

登録方法：登録用アドレスに件名・本文を入力せずにメールを送信してください。

〔✉e-mine@xpressmail.jp〕



問合せ先 総務課 ☎0837(52)1110

# 保健センターだより11 ~あなたの健康づくりを応援します!~

## 6月4日~6月10日は「歯と口の健康週間」です

歯を失う原因は歯周病とむし歯です。歯周病やむし歯は自然治癒することはありません。いつまでも歯と口の健康を保ち健口（けんこう）に努めましょう。

~自分の口の中を観察してみましよう。気になることはありませんか?~

- 歯がぐらぐらする、穴があいている
- 歯肉が腫れている、出血する
- 口の中がねばねばする
- 息がくさい
- 味がわかりにくい



歯と口は  
健康・元気の源だ

お口の健康を確認するために、定期的に歯科検診を受けましょう。

~「歯と口の健康週間」中の無料歯科健康診査及び相談の実施のお知らせ~

期間：6月4日(木)~6月10日(水)（日曜日は除く）

場所：県内の歯科医院

対象：県民

料金：無料 ※事前に受診したい歯科医院に電話でお申し込みください。

問合せ先：山口県歯科医師会【☎083(928)8020】



問合せ先 健康増進課【☎0837(53)0304】

## 5月31日(土)~6月6日(金)は禁煙週間です。

『受動喫煙防止をすすめましょう!』

受動喫煙とは、他人のたばこの煙を吸わされることを言います。

たばこは、喫煙者に対して健康被害を引き起こすだけでなく、たばこを吸わない周りの人にも様々な悪影響を引き起こします。副流煙（たばこの先端から立ち上がる煙）はフィルターを通過していないため、主流煙（喫煙者が吸う煙）よりも有害です。

【たばこが及ぼす子どもへの影響】

子どもがいる場所でたばこを吸うと、その子どもは病気にかかりやすくなると言われています。たばこを吸わない場合と比べて、肺炎・気管支炎に1.5~2.5倍、気管支ぜんそくに1.5倍、中耳炎に1.2~1.6倍、かかりやすくなると言われています。

喫煙マナーについて

【たばこは換気扇の下で吸っているから大丈夫?】

換気扇を回しながら吸っても、煙の一部は室内に残り有害物質は取りきれません。また、一酸化炭素などの有害物質は、喫煙後数十分にわたっては吐く息から排出されます。

【外の喫煙所で吸っているから大丈夫?】

たばこの煙による害は、喫煙場所から離れた空間まで影響を及ぼします。

受動喫煙を防ぐためには、おおむね10m以上離すことが必要です。出入口や通路、子どもがいる空間での喫煙には気を付けましょう。

自分、家族、子どもの健康のために、受動喫煙の防止を心がけましょう。

問合せ先 美祢市保健センター【☎0837(53)0304】

みんなで参加しましょう。

## 市民総社会参加活動

市では、「自然と調和し、潤いと活力にみちたやすらぎと交流の郷」づくりの一環として、市民総社会参加活動を計画しています。花苗の植え付け管理、空き缶拾い、清掃活動などにより、美しい環境とうるおいのある町づくりを進めたいと思いますので、市民の皆さんによる積極的なご参加をお願いします。なお、統一日を中心に各地区の実情に踏まえて実施していただきますようよろしくお願いいたします。

市民総社会参加活動統一日 ・春季 6月21日(土) 14時~16時 ・秋季 11月15日(土) 14時~16時

※地区の事情によっては、日時を変更してお願いします。

問合せ先 生涯学習スポーツ推進課【☎0837(52)5261】

# 健康寿命に目を向けて ～自分のために、家族のために～

回	開催日	テーマ	内容	講師
1	7月5日(土)	和食の良さを支える 大豆のパワーを見直そう	昨年12月、和食がユネスコ無形文化遺産に登録されました。和食には多様な食材が用いられており、大豆も和食の良さを支える重要な食材のひとつです。 普段の食生活を振り返りながら、大豆の持つ健康効果を見直してみませんか。	看護栄養学部 栄養学科 教授 島田 和子
2	7月12日(土)	今日からできる。 脳の活性化と心のリラックス	簡単な文章を声に出して読むと、脳の血流が良くなり認知症予防になります。また、おしゃべりは、人生の振り返りになり自己肯定感が高まります。 他にもあれこれ、「今日からできる」体と心にいいこと、お話しします。	看護栄養学部 看護学科 准教授 佐々木直美
3	7月26日(土)	健康寿命を延伸するための 食生活	健康寿命を延ばすためには、日頃の食事や生活習慣が重要です。 「健康寿命を延伸するための食生活」について、一緒に考えてみましょう。	看護栄養学部 栄養学科 准教授 弘津 公子
4	8月2日(土)	転倒を予防するために	「ロコモ」という言葉をご存じでしょうか？「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）」は決して他人事ではなく、その予備軍の人も含めると4700万人とされています。ロコモとは何か、その対策について一緒に考えてみましょう。	看護栄養学部 看護学科 教授 藤村 孝枝

- 受講時間：各回13時30分～15時
- 会場：美祢市民会館 2階大会議室（美祢市大嶺町東分326-1）
- 定員：50人程度
- 申込方法：電話、FAXまたはハガキにて、住所、氏名、電話番号を下記までお知らせください。
- 申込先：〒759-2292 美祢市大嶺町東分326-1 生涯学習スポーツ推進課  
〔☎0837(52)5261〕〔☎0837(52)2562〕
- 受講通知：講座開始約1週間前までに、ハガキでお知らせいたします。
- 全講座を受講された人には、「山口県立大学公開講座修了証書」を授与いたします。

**受講料無料**

**〈受講締切〉6月16日(月)必着**

講義の内容に関する問合せ先 山口県立大学附属地域共生センター〔☎083(928)3495〕

## “Mine秋吉台ジオパーク構想” オリジナルポロシャツ販売中

(一社)美祢市観光協会では、“Mine秋吉台ジオパーク構想”を広くPRするため、今年度もオリジナルポロシャツの販売を行っています。

- デザイン Mine秋吉台ジオパーク構想ロゴをデザイン
- 色 ホワイト・ブラック・バーガンディ
- サイズ SS～3L
- 素材 綿60% ポリエステル40%
- 販売価格 2,400円/着(税込)
- 申込方法 所定の申込用紙に必要事項を記入し、美祢市観光協会へメール又はFAXで注文。



※デザイン・申込書は、美祢市観光ホームページ「カルストドットコム」からダウンロード可。  
又は、(一社)美祢市観光協会へ直接お問い合わせください。

申込・問合せ先 一般社団法人美祢市観光協会 〒754-0511美祢市秋芳町秋吉3506-2  
〔☎0837(62)0115〕〔☎0837(62)0899〕〔✉info@akiyoshidai.com〕〔🌐http://www.karusuto.com/〕