

### 3月の行事予定

- ★3月 3日(日)8時～資源物分別収集26組
- ★3月 3日(日)10時～15時 公民館開放日  
12時～17時久泉キャンプ村開放
- ★3月 4日(月) 9時30分～ 元気アップ道場
- ★3月 9日(土) 13時～ 久泉を美しくする会  
環境保全活動「親水公園」
- ★3月10日(日) 8時～ 公民館掃除 16組
- ★3月16日(土) 9時～ ふれあいの広場
- ★3月17日(日)9時30分～久泉区自治会総会
- ★3月18日(月) 20時～ 隣組長定例会
- ★3月23日(土) 13時～ 久泉を美しくする会  
環境保全活動「親水公園」
- ★3月24日(日) 8時～資源物分別収集27,28組
- ★3月24日(日) 8時～ 公民館掃除 17組
- ★3月25日(月) 11時～ いきいきサロン
- ★3月27日(水) 19時～ 集金日
- ★3月27日(水) 20時～ 新隣組長説明会
- ★4月 7日(日) 18時～ 新旧役員歓送迎会
- ★毎週土曜日 6:30～ラジオ体操(3月より再開)

※久泉キャンプ村 見学・利用ご希望の方は11～12時に公民館前広場に集合して下さい。無料で自由に遊べます。川遊び、焚き火料理もできます。テント持参、お菓子・食料持参歓迎します。詳細は『久泉公民館キャンプ村』で検索



### 久泉イベント Topics

■ 1月29日(月)スマホ講座  
広川町中央公民館と社会福祉協議会の共催で出張講座「上手なスマホの使い方」が開催されました。ドコモ八女店の講師を迎え スマートフォンの使い方(パスワードの重要性・不審メール・メッセージの事例)、地図アプリの使い方を学びました。



高齢者にとって一回、二回では覚えきれない内容でしたが、皆さん楽しく学んでおられました。  
『今はスマホの時代。いくら学んでも覚えきれない。』  
『半年に一回ぐらい開いてもらいたい。』  
『参加せんと損をする。』と参加者の声。

### 久泉区情報メールに登録お願いします。

久泉区情報メールで行事予定や各団体からの連絡、訃報等をお知らせしています。スマホ交換等で届かなくなった方も再登録をお願いします。登録の仕方が分からない人は衛生班長までお尋ねください。

- ①hisazumi-1@grpm.jp へ空メールを送る。
- ②返信メールの中のURLにアクセスする。
- ③名前を入力し『お知らせ』をチェック。  
確認後、登録完了を押せば完了です。



# 泉の声

発行  
久泉公民館  
文化部  
発行責任者  
宮園隆典

### 一戸一美

令和五年度も、三月を残すのみ、久泉自治会も自治会長(区長)及び、他の執行部役員の任期二年が切れ、改選の年度末を迎えます。この四年間は、コロナウィルス感染症のため自治会活動も制限を受けてきました。その感染症も今年度初めに、第五類に移行し国からの規制も撤廃されました。「さあ、これから色々な活動が出来るぞ!!」と意気込んで、四年間のブランクは長いものです。

区、公民館活動に協力をしてもらう各団体、例えば「子ども会、少年団」は一年で会長さんが代わり、他の「寿泉会、壮年会」等も二年の任期で代わられます。そうなる、前年度の活動状況を参考に年度活動計画を立てるのに、活動中止の記録があり参考に出来ないと思われれます。

コロナ禍のお陰で社会生活そのものが変わり、色々な活動のあり方、内容が変わってきました。また、昨年の広川町を襲った集中豪雨災害、今年一月の能登半島地震など、大規模の災害が起こっています。こんな時こそ「区民の絆」が大切になるのではないのでしょうか。  
(和)

## 折々のガーデニング (吉田和三)

### シャコバサボテン

育て方のポイント

#### \*栽培環境・日当たり・置き場所

鉢植えで管理する。4月から11月の霜が降りる前までは屋外の日当たりの良い所に置きますが、梅雨明けから9月中旬までは半日陰で管理する。短日性なので花芽分化は夜遅くまで明るいと言葉(つぼみ)が出来ないので注意する。

#### \*水やり

4月から9月までの生育期は表面が乾いたらたっぷりと、蕾が付くと水やりは週に2回程度与える。冬場は乾かし気味にする。

#### \*肥料

生育を開始する前の3月から6月までは、肥料(緩効性肥料)がいらします。梅雨明けには肥料を与えず、9月上旬には肥料を切らす。

#### \*主な作業

**切り戻し:**春に、すべての茎節を2節程度ひねり取る。分枝が促され、背丈を小さくする。

**芽摘み:**秋になっても茎葉が成長し続けている場合は、先端の赤く柔らかい新芽を摘み取ると、花芽が付きやすくなる。(参照:nhk趣味の園芸)



切り戻し



芽摘み

## 久泉人財インタビュー

9隣組 馬場敏文(としふみ)さん  
(昭和35年3月生 63歳)

昨年10月、転勤先の大分から30年ぶりに実家に戻って来ました。昔の久泉に比べると、新しい家がいっぱい増えていてびっくりしています。大分にいた頃は月2回のゴルフが趣味でしたが、しばらくは何も考えず、ゆっくりしたいと思っています。引越し荷物が多すぎて、現在も荷物の整理中ですが、最近はお孫さんの家に行って、孫たちと遊んで過ごすのが楽しみです。



## 衛生班長からのお願い

※祝日の可燃ごみ収集は休みです。

2月23日(金)は祝日のため可燃ごみ収集はありませんでした。臨時で2月22日(木)に回収しましたが、いつもより早い時間に回収されています。可燃ごみの持込みは当日8時30分までをお願いします。回収後は絶対に置かないで持ち帰りをお願いします。

ごみ収集が休みの時は泉の声、久泉情報メール等でお知らせしていますが、施設が必要な集積所ではごみ箱に施設しています。今回は一人だけ集積所の前に放置された方がいました。長時間放置すると動物等により生ごみが散乱することになりますので、絶対に放置されませんようご協力よろしくお願いします。



## ふれあいコラム (一成)

### 肥満症新治療薬 "ウゴービ" やせ薬? (その2)

2023年11月、脂肪の燃費を促進させ、食欲を抑える作用があるとされる注射薬ウゴービが保険適用となりました。対象となる患者は高血圧、脂質異常、2型糖尿病などを有し、食事療法、運動療法を行っても十分な効果が得られないBMIが27以上の人です。この薬はインスリンと同様、自分で皮下注射(主にお腹)を行うため自宅にて投与可能です。週1回で通常半年~1年半ほど投与します。副作用は低血圧、吐き気、急性膵炎などが考えられます。処方出来る病院は日本循環器学会、日本糖尿病学会、日本内科学会の専門医が常勤している教育研修施設として認定された施設であることが条件なので、限られた総合病院という事になります。現時点ではまだ確認がとれていませんが、久留米大学や聖マリア病院の規模の施設になると思われます。条件が非常に厳しく、かかりつけ医からの紹介という流れになりそうです。肥満でお悩みの方はまずかかりつけ医に相談してみてください。

