

11月の行事予定

- ★11月 3日(日) 8時～資源物分別収集 16組
- ★11月 3日(日) 8時～広川町壮年ソフトボール
- ★11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」
- ★11月10日(日) 8時～ 公民館掃除 4組
- ★11月10日(日) 9時～ 久泉健康フェスタ
午前:ウォークラリー/午後:ポッチャ大会
- ★11月11日(月) 9時30分～ 元気アップ道場
- ★11月16日(土) 9時～ ふれあいの広場
- ★11月17日(日) 8時～資源物分別収集 17組
- ★11月17日(日) 8時～環境デー16組～29組
- ★11月18日(月)19時30分～ 隣組長定例会
- ★11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」花苗植え
- ★11月24日(日) 8時～ 公民館掃除 5組、7組
- ★11月24日(日)10時～久泉区敬老会(公民館)
- ★11月24日(日)19時～ 公民館運営委員会
- ★11月25日(月)11時～ いきいきサロン
- ★11月26日(火)19時30分～ まちづくり委員会
- ★11月27日(水)19時～ 集金日
- ★12月1日(日)13時～イルミネーション飾りつけ

※11月10日(日)久泉健康フェスタのウォークラリー
たくさんの皆様の当日参加をお待ちしています。
家族で、友達で参加して、気持ちのいい汗を流し
ましょう。参加賞あり。抽選で豪華賞品も当ります。

久泉イベント Topics

10月13日(日)第1回広川町グラウンド
ゴルフ大会が町内3会場で開催され
ました。中広川地区は13チームが出
場し、見事久泉チームが優勝しまし
た。久泉グラウンドゴルフ愛好会から8名
の精鋭メンバーを選出、日頃からの
練習の成果を発揮されました。



カップと記念写真を公民館ロビーに展示しています。

10月19日(土) 久泉ふれあいの広場(こども食堂)

ふれあいの広場に参加している小学生15名が、久泉
内の名所などを歩いて回る久泉探検ウォークラリー
に挑戦しました。5人一組で地図を見ながらでチェッ
クポイントを見つけ、スタンプを押して回りました。
ポイントの一つ「キビル」では説明を受けたり、路上で
区民の方とあいさつを交わしたり、いつもの公民館
での学習とは異なっ
た体験をすることが
出来ました。

2.5km程歩いたので、
いつもより昼食のカ
レーのお代わりが多
かったようでした。



泉の声

発行
久泉公民館
文化部
発行責任者
馬場 隆

一戸一美

三ヶ月前に怪我で入院
して以降、我が家の状況が
一変してあります。部屋に
あった机が無い、タンスが
無い、私の大切な工具類が、
ゴルフ道具が、古いパソコ
ンや電気製品が、カセットやビデ
オテープが・・・毎日のように捨
てられていきます。大半が十年以上
使っていないものばかりですが、
私にとってはい思ひ出の詰まった
大切な宝物でした。

今ままで幾度ともなく整理の話
はありましたが、その都度断って
いきました。しかし今回の私の怪我
に付け込まれ、とうとう妻と娘の
容赦ない断捨離が始まりました。
すでに軽トラ十台分以上の私の
荷物が見当たらなかったら、家の中と物置小
屋にはスッキリとした空間が出
現しました。必要なものが捨てら
れて見当たらなかったら、無くてもどう
にもかなりましです。

天井裏にたかだか捨てきれないものが
天井裏にたかだか捨てきれないものが
すぐには処分できませんが、近い
うちには処分する予定です。片づけ
て後悔した人はいないそうです。
これからの人生を快適な
空間と健康な体で過ごす
ため、皆さんも断捨離に
挑戦してみませんか？(逸)



公民館からのお知らせ

公民館運営・管理要綱が10月1日より改正され公民館がさらに利用しやすくなりました。

主な改正内容

①利用料金

- ・久泉区民の方の利用は基本無料です。
- ・区外者の利用 500円/時間(各部屋)
(利用者の過半数が区民の場合は無料)
- ・営業利用および会費月額6,000円以上の教養・趣味活動の利用料金は有料です。

大ホール 2,000円/時間

各部屋 1,000円/時間

* 詳細は10月の隣組回覧資料を参照してください。

②予約は予約状況を久泉公民館HPで確認し、公民館長に電話やメール等で申し込んで下さい。

折々のガーデニング (吉田和三)

チューリップ

中央アジアが原産で、生産地はオランダが有名。日本での生産地は富山県、新潟県である。

*栽培のポイント

寒さにあって花芽が成長を始めるので、戸外で管理する。球根の植え付けは、イチョウの葉が色づき始めた頃からが良い。これより早く植えると、根が育つ前に球根が腐りやすい。植え付け後の水やりは多すぎないようにする。芽が出始めたら水分を多く必要となるので、水切れには注意する。

チューリップは更新型の球根であるから、子球を大きくするためには、花をいつまでも咲かせない。早めに花殻を切り取る。その時、葉は付けておき、窒素、リン酸、カリウムが調合されたお礼肥えをする。それに加え、草木灰を施すと子球が大きくなり花芽がしやすい。「灰を蒔いて枯れ木に花を咲かせた花咲じじい」を思い出すと良い。

球根肥大のポイント

開花後も水やりで葉を長持ちさせる



引用: 富山県花卉球根農業協同組合HP

衛生班長からのお願い

※ ゴミの不法投棄は犯罪です!

①13組の路上にレジ袋に入ったペットボトル・空き缶等のゴミの不法投棄がありました。

2週間後、透明袋に入った空き缶、ペットボトルが捨てられていました。捨てた人に心当たりのある方は衛生班長、区長までお知らせください。

②分別収集所横の流し台の下に空き瓶、缶類、割れたお皿等の不法投棄がありました。



可燃ごみは町指定の黄色の袋に入れ、収集日の午前8時30分までに集積場に持ち込んで下さい。資源ごみは毎月第1・3日曜日の午前8時~10時に旧公民館横の分別収集所に持ち込んで下さい。

ふれあいコラム (一成)

"隠れドライアイ"が急増

秋を迎えると目の不調が…、そんな人はドライアイかもしれません。ドライアイと聞くと涙の量が少ないと考えがちですが近年目の油不足が原因だと言われています。眼球表面は涙腺から出る水分とマイボーム線から出る油で覆われていて、どちらかが不足しても目の潤いを保つことができずドライアイになってしまうのです。最近急増していて、現在2000万人が悩まされているという報告もあり、パソコンやスマホの普及、エアコンの使用、夏の紫外線ダメージも大きな原因と考えられます。

※ドライアイの簡単なチェックの仕方

目をしっかり開けて10秒間まばたきを我慢できなかったら要注意です。対策としては

- ①点眼薬、ドライアイ対応のメガネ使用
- ②スマホ、パソコンの長時間使用をひかえる
- ③エアコンの風向き、風量に注意。エアコンとストーブの使い分け
- ④温かいタオルで目を温める
- ⑤抗酸化作用の食材を摂る
- ⑥特に女性のマスカラ、アイラインはまつ毛の根元まで塗るのはやめましょう

