

# ひよ

## 音楽で地域に感動を！ 「新緑ファミリーコンサート」



日吉・コールナチュレル(松岡美保団長)は、五月二十七日(日)新緑ファミリーコンサート(共催・日吉公民館)をゲストにソプラノ歌手中村真理さん、コール・コスモス三間、北宇和高校吹奏楽部を迎えて日吉住民センターホールで開催しました。

訪れた約八十人の入場者は、コーラス、ソプラノ歌手の歌声や吹奏楽に聴き入り、発表後には大きな拍手がわき起こるたいへん盛り上がったコンサートになりました。



## 日吉さつきまつり 四十周年記念特別展示会開催

日吉盆栽会は、六月二日～三日に日吉夢産地で『日吉さつきまつり』を開催しました。

今年で四十回目の開催となり、記念特別展示として、「さつきの里の箱庭展」も展示されました。

三日の日曜日には、「愛治ちんどんクラブ」、「ゆずの香りさわやかコンサート」、「杵つき餅の実演販売」などに大勢のお客さんが来場されました。



## 元気に健康づくり！日吉歩こう会

五月二十九日、今年度二回目の「日吉歩こう会」を開催しました。

この日は、三十六名が参加し、糸山公園展望館から来島海峡大橋（約四キロ）を歩きました。

昼食後にも元気な方は「よしうみバラ公園」までを潮風を感じながら約五十分歩きました。



## 【校歌の旅】日吉小へ！

NHK「いよ×イチ・校歌の旅」（放送約七分のコーナー）の取材が六月十五日（金）に日吉小学校でありました。

校歌の紹介、校歌斉唱、児童へのインタビューや卒業生の登場などを収録されました。

放送予定日 七月十一日（水）

午後六時十分～七時

再放送

七月二十一日（土）

十二時四十分～四十五分



写真は取材を受ける卒業生

# まぶしい緑の中

## わんぱく三本杭登山!



五月十九日、日吉わんぱくスクールは黒尊スーパールン道から三本杭（一二二六m）登山を実施しました。

この日は、児童二十三名が参加し、町バスで登山口まで行き、八面山く三本杭へ約一時間半で登りました。見晴らしの良い頂上では、記念写真とお弁当をゆつくり食べました。

下山は、檜尾根を滑ったり転んだりしながら、二時間半かけて滑床溪谷に帰りました。参加していた保護者の中には、「上りは楽しかったけど下りは膝がガクガクしてしんどかった。」と話していました。

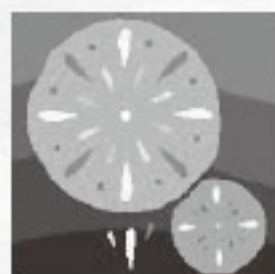


## △ふる里まつり

### 夏の夜空をでっかい花火で飾ろう!

武左衛門ふる里まつり実行委員会では、8月14日ふる里まつりの花火打ち上げのための寄付を募っています。

ステージでの、のど自慢参加者も募集しています。



●お問い合わせは、日吉公民館内  
ふる里まつり実行委員会事務局まで

## ◇「日吉夢基金」

### 日吉地区の地域振興資金に

### ご寄付をお願いします。



基金を活用し実施する事業は、日吉公民館主催事業、青少年健全育成事業、日吉地区区長会主催事業、日吉地区住民の福祉に関する事業です。

◎ 問い合わせ先 日吉地区区長会（日吉公民館）

# 保健師の行く道

## 「腎機能

## eGFRってなあに？」



今年度の健康診断から血液検査項目 “eGFR” (イー・ジー・エフ・あーる) という項目が追加されました。

eGFRとは、推算糸球体濾過値という、腎臓の機能を表します。腎臓は、血液をふるいにかけて、身体に必要なものを残し、必要のないものを尿として出す働きを持っています。eGFRを調べること、その働きが保たれているかを確認することができます。

正常値はテストと同じ百点満点と考えて下さい。九十以上であれば腎臓の機能は正常だと言えます。腎臓は自覚症状がないままに病気が進行することがあります。この値を知ること、異常の早期発見につながる事が出来ます。腎臓の機能が悪くなったら、尿に

異常が出ると思っている人も多いと思いますが、自覚症状が出たときには、かなり病気が進んでいる状態であることがほとんどです。現在は、糖尿病や高血圧などの生活習慣病が原因で、慢性腎臓病という腎機能が悪い状態になる人が増えています。実際に、今年度の下鍵山健診の結果を見ると、高齢者の多くにこのeGFRの値が低く、病院の受診をお勧めした人が多く見受けられました。日本人の成人の八人に一人は慢性腎臓病だと言われています。定期的に検査をして、腎臓の状態を確認しておくことが大切です。

健康診断を受けた方は、必ずeGFRの値を確認してみてください。また、これから受診する人も必ず注意して見てみましょう。鬼北町にも沢山、透析をされている人達がいいます。早期発見・早期予防に努めましょう。



### 慢性腎臓病(CKD)のステージ分類

ステージ	腎臓の働き	eGFR	腎障害	特徴・対策
予備軍	正常	90 以上	原疾患の治療や生活習慣の改善に努めましょう	年に一度はCKD検査を受けましょう。
1	正常	90 以上	たんぱく尿が持続している	生活習慣の是正を行いましょ
2	軽度低下	60 以上 90 未満		
3	中等度低下	30 以上 60 未満	尿異常の有無は問いません。たんぱく尿のある人は低下速度が速くなる危険性があります。	引き続き生活習慣の是正に努めましょう。(貧血、ミネラル異常、骨の異常などのチェックを)
4	高度低下	15 以上 30 未満	透析に導入する直前の状態です。	医師と相談しながら、体調には十分注意しましょう。
5	末期腎不全	15 未満		

# ソフトテニス男子3連覇

## 市・郡中学校総合体育大会



五月三十日～三十一日に開かれた宇和島市・北宇和郡中学校総合体育大会ソフトテニス男子で、日吉中学校が見事に大会三連覇を成し遂げました。

また、個人戦でも上口雅史・若山誠ペアが優勝、林将大・武内正勝ペアが2位と団体戦で八人、個人戦で四人が県大会出場を勝ち取りました。日吉中の大会結果は次のとおりです。

○ソフトテニス男子  
団体 3-0 城南  
2-1 津島

○バレーボール女子  
予選リーグ一勝一敗2位通過  
決勝リーグ進出決定戦

0-2 吉田

○剣道男子団体  
予選リーグ一勝二敗敗退  
個人 岡田侑也ベスト16

○剣道女子団体  
予選リーグ二敗 敗退



## 日吉中交通安全教室

日吉中学校は、五月二十二日に体育館で宇和島警察署指導のもと「自転車シュミレーター」を使用した交通安全教室を行いました。その後、実際に学校く役場支所く夢産地く学校までの走行指導も受け、安全な自転車の乗り方を練習しました。



## 古切手とアルミ缶 回収お願い

日吉中学校では、古切手とアルミ缶回収を行っています。回収後は、ボランティア活動団体に寄付したり、ボランティア活動資金に充てております。地域の皆さんも是非ご協力をお願いします。

## 図書室だより

日吉公民館図書室に次の図書が入りました。皆さんも読みたいなーと思う図書があるかもしれません。



せん。是非公民館図書室に立ち寄りてみてください。



## 編集後記

上段写真、中学校交通安全教室の自転車を先導する白パイは警察の方かと思いきや、ヘルメットを取ると何と中学校の近藤潤先生。時々このバイクで駅伝先導も行っているそうです。実は近藤先生八月十四日の「ふる里まつりステージ」にも登場予定です。今度はバイクではなく音楽の先生らしくピアノです。仲間と「よさこいオーケストラーズ」というバンド演奏で登場します。お楽しみに！

## 日吉の人口

5月末日現在  
1,510人

男 728人  
女 782人