

桃源郷の里

飯山北地区コミュニティだより

第69号

発行：令和5年
8月25日



飯山高校 ひまわり迷路

約一万本の咲き誇る
ひまわり

コミュニティホームページへ

5月7日 飯山北地区コミュニティ推進協議会総会を開催

(日)

飯山北コミュニティセンター

飯山北地区コミュニティ推進協議会の令和5年度総会が、開催されました。新型コロナの影響でここ数年は書面による総会でしたが、本年度は会員が一堂に会しての総会となりました。

当日は、会長・県議会議員のあいさつ、ご来賓の方々の紹介、9議案の審議が行われ令和4年度の事業計画報告・決算報告と併せて、役員を選任、令和5年度の事業計画・予算案について説明があり、全議案賛成多数で承認・決定となりました。

本年度は新型コロナの緊急事態終了の宣言後の年度となり、地域の皆さんが安全・安心に心豊かな生活が送れることを目標に、様々なコミュニティ活動が行なわれます。



5月14日 さつま芋の植付け体験

(日)

わんぱく楽校

最初にさつま芋の名前の由来の話、おならが出るのは嘘か本当か等、子どもたちにクイズ形式で答えてもらい、いよいよ植え付けの手順の説明。保護者の方々、スタッフ合わせて42名で取り掛かった。

子どもたちも教えられた通り芋づるを植えていき、黒いマルチシートを張った畑は、みるみるうちに緑の芋づるが映える畑となった。秋の収穫が楽しみである。



キャンプ飯を作って食べよう

6月18日

(日)



人気のあるキャンプ飯は、スタッフ間の意見交換から始まった。参加者は44名。

メニューは、ホットドッグ・おにぎり・野菜たっぷり、つくね入りシャントンスープ。子どもたちは自分でおにぎりを握り、パンに具を挟み鉄板で軽く焼いた。久々に中庭で保護者とキャンプ飯を頬張り、食後は親子で片づける、いい風景が見られた。

皆さんから「美味しかったー！」と大変喜んでいただけました。

6月14日 第2回グラウンド・ゴルフ大会

(水)

丸亀市スポーツ協会飯山北支部

丸亀市スポーツ協会飯山北支部主催の第2回グラウンド・ゴルフ大会は、初体験者を含めて42名で開催しました。

当日は、前夜の雨でコースが適度に湿り、コンディションは最高に良い状態で、5人/1組の団体戦3ホールトータルスコアで競い合いました。

結果、初めてクラブを持った人もホールインワンを出すなど、全体的に少ない打数で上位3チームが決定し、賞品をゲットしました。また、優勝者にはトロフィー（取り切り）が授与されました。

だれでも気楽にできて、試合中に2Km程歩き適度な運動にもなります。興味ある方は、火～木曜日の9時～11時に飯山総合運動公園多目的広場で、試合形式の練習をしていますので見に来て下さい。



参加者
募集

第2回会長杯ペタンク交流大会

丸亀市スポーツ協会飯山北支部

10/15 SUN AM 9:00 ~
飯山北コミュニティセンター

恒例となりました、ペタンク交流大会を開催いたします。より参加しやすく、楽しめるよう下記要綱にて、実施いたします。
皆さまのご参加を、お待ちしております。

— 開催要項 —

- 1チーム3名で申し込みください。
(女性3名) or (女性2名・男性1名)
- 参加費用 100円(1名)
参加賞あり。1位~3位賞品あり。
- 申込み コミュニティ事務局まで
締切り 10月7日(日)

参加者
募集

飯山北地区「体育祭」

体育部会

10/21 SAT AM 9:00 ~ 12:00
飯山総合運動公園体育館

— 4年振りに復活 —

コロナ感染回避の観点から「体育祭」は、3年間開催を見送ってきました。

しかし、5類に移行されてからは、従来の日常に戻りつつあります。

体育部として、コロナによる行動制限の影響で、外出及び運動する機会の減少に伴う、フレイル症状予防を含めて「シニア世代・子ども」交流種目、全世代対象種目等、地域の皆さまが気軽に参加できる内容に心掛けて体育祭を開催いたします。

自治会からの参加は勿論ですが、個人としての参加も大歓迎です。詳しくは、自治会の回覧をご覧ください。また、コミュニティにお問い合わせ下さい。

参加者
募集

第16回はんざん桃源郷まつり

飯山北コミュニティ推進協議会

11/5 SUN AM 9:00 ~ 15:00
飯山北コミュニティセンター
飯山中学校武道館1階

はんざん桃源郷まつりは、規模を縮小して開催します。詳細は、後日ご案内いたします。

開催行事(予定)

- オープニング・お祭り広場
(飯山北地区コミュニティセンター前)
- 活動発表(飯山北コミュニティセンター多目的ホール)
- 作品展示(飯山北コミュニティセンター内)
- お茶会(飯山中学校武道館1階)

飯山北地区地域防災訓練

自主防災部会

11/19 SUN AM 8:00 ~ 12:00
飯山北コミュニティセンター

— 避難所開設訓練他 —

災害発生から、4時間ぐらいの間に発生するであろう様々な問題を、皆で仮想体験して語り合うHUG(避難所運営シミュレーションゲーム)訓練を主とした、地域防災訓練を行います。

この訓練の目的は、以下の内容です。

- ① 自主防災部会と各部会役員との交流を深め、協調性を高める
- ② 災害発生時に、共通認識を持ち、円滑に意思疎通が出来るようにしておく
- ③ 発生した課題は、皆で話し合って解決する

HUG(抱きしめる)訓練を通じて、楽しみながら語り合える訓練を行いたいと思います。

お知
らせ

シニアの集い(仮)

婦人会・コミュニティ推進協議会

11/30 THU PM 1:30 ~ 3:00
飯山総合保健福祉センター

丸亀市主催の敬老会は、今年度からは敬老記念品の贈呈へと変更になりました。

そこで、飯山北地区独自の取組みとして、高齢者の長寿を祝い、落語会を開催いたします。

落語を聞いて笑うことで、脳の活性化を図り、高齢者同士の交流も楽しみましょう。

詳細は、自治会の回覧をご覧ください。

丸亀市が実施する敬老行事

- ・敬老祝金(80歳の方へ1万円、88歳の方へ2万円、99歳の方へ3万円を支給、詳細要件あり)

育てたい野菜をそれぞれが決め、美味しそうな実がなることを楽しみに毎日お世話をしています。「土が濡れている時はいっぱい水を飲んでるときや！」と土の様子を見て水の量を調整したり「野菜の周りに草が生えると野菜が大きくならん！」と、一生懸命草抜きしながら「見て！こんな長い根っこが抜けた」と大喜び。草抜きも楽しい活動になっています。

「キュウリは黄色の花でピーマンは白だったよ」「花が咲いた後、赤ちゃんピーマンができてたよ」と観察したことを友達と伝え合いながら、大きくなるのを見守ったり収穫を楽しんだりしています。

収穫した野菜は、家庭に持ち帰り親子でクッキングして、そのレシピやエピソードを記したカードを掲示することで、情報共有にも一役買っています。栽培から食するまでの実体験を大切に子どもたちの学びにつなげていきたいと思います。



飯山中学校

「どっこいしょ、どっこいしょ」

5月27日
(土)

3年 中塚 陽己

今年の3年生は「一体化」をテーマにソーラン節に取り組みました。バラバラなかけ声と振り付けも、練習を重ねるごとに段々とまとまっていくのを実感しました。本番では最高に揃ったかけ声と演技ができ、達成感を得ることができました。さらに、1年生や2年生のダンスからは力強さや明るさを感じ、みんなが心から演技を楽しんでいる様子が見えました。

初めての試みとして、生徒会で紅白戦を企画しました。大変なこともありましたが、学年を超えて盛り上がり、最高の体育祭に「笑顔」という華を添えてくれました。残りの中学校生活も、最高の仲間と一生の思い出をつくらせていきたいです。



「七夕まつり」

保護者会主催による、七夕まつりを開催しました。

0・1歳児、2・3歳児、4・5歳児の3グループに分かれ、30分ずつの入れ替わりで行い、フラダンスを見たり、輪投げやストラックアウト、ヨーヨーつりなどのゲームを楽しんだりしました。

初めて見るフラダンスは、どの子も真剣なまなざしで見っていました。子どもたちにもできるチューリップの歌での振り付けを教えてもらい、一緒に手遊びしたり、4・5歳児の子どもたちは、一つひとつの動きが言葉を表現していることも教えてもらい、みんなでフラダンスを踊って楽しみました。

ヨーヨーつりでは、好きな色のヨーヨーをつるために、一生懸命ねらいを定めて釣糸を垂らして手にしたヨーヨーを、とても嬉しそうに見せてくれました。ポップコーンやお菓子を、お土産にもらい、大満足の日でした。

この日のために準備をしてくれたり、七夕まつりを盛り上げてくださった役員の方には本当に感謝です。

ありがとうございました。



わくわく広場に出店

今年度4月末から、ゆめタウン丸亀店さん1階「わくわく広場」にて焼菓子の販売を始めました。

焼ドーナツを8種類、フィナンシェを2種類販売しています。購入いただいたお客様からも「美味しい」と評判で「ののはなぱん」のお店に新規のお客様が来店されるきっかけになっています。



特に猫の足跡をモチーフにしたフィナンシェは、味はもちろん見た目の可愛さも加わり、オススメの商品です。

飯山町の「ののはなぱん」のお店は、各種パンの販売も行っています。新作パンも随時販売を開始し、地域の皆さまからも親しまれています。皆さまのお越しを心よりお待ちしております。



チャレンジデー 2023

結果報告



5月31日(水)に開催したチャレンジデーは、見事に対戦相手の神奈川県秦野市に勝利しました。皆さまのご参加に感謝申し上げます。これを機会に少し身体に負荷をかけて動かすことを習慣化しましょう。

| | 参加者数 | 参加率 |
|-----|---------|-------|
| 丸亀市 | 65,827人 | 59.0% |
| 秦野市 | 91,093人 | 57.1% |



みんなで楽しく「ペタンク」体験

7月6日
(木)

大正琴に心癒されて・・・鑑賞&演奏体験

かがやきくらぶ桃の里

独特の響きを持ち、琴と鍵盤を融合させた日本発祥の楽器「大正琴」。地域で活動する「琴修会」の皆さんをお招きして、演奏会と演奏体験を行いました。

普段、耳にする機会が少ない楽器の演奏に耳を傾け、なじみのある楽曲を次々と演奏していただき、青春時代の思い出に浸りながら、とても楽しいひと時を過ごしました。



また、大正琴の演奏も体験させていただきました。参加者は初めて触れる琴に戸惑いながらも、丁寧なご指導のもと、鍵盤キーを押しながら弦をはじくという難作業に取り組みました。

認知症予防には最適な楽器かも知れませんね。

お知らせ

コスモスの種まきをします

ふれあいいきいきカナマルサロン

8/22
TUE

カナマルハウス前の田んぼに、ボランティアのご協力を得て、コスモスの種まきをします。11月にはきれいなお花畑になる予定です。機会があれば是非見にお越し下さい。

スタッフ一同



7月22日
(土)

第20回会長杯グラウンド・ゴルフ大会

NPO 法人スポーツクラブ飯山



飯山総合運動公園多目的広場にて51名に参加いただき、大会を開催いたしました。

結果は、左記の通りです。おめでとうございます。

ハローワーク管轄区域 変更のお知らせ

坂出⇒丸亀

令和5年10月1日から、飯山町・綾歌町はハローワーク坂出の管轄からハローワーク丸亀の管轄へと変更されます。

両町にお住まいの方の雇用保険受給手続き、所在する事業所様からの雇用保険の各種届出や求人申込みなどは、10月1日からハローワーク丸亀をご利用いただくこととなります。お手数をおかけしますが、ご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

お問い合わせ

ハローワーク丸亀
〒763-0033 丸亀市中府町 1-6-36
☎ 0877-21-8609
ハローワーク坂出
〒762-0001 坂出市京町 2-6-7
☎ 0877-46-5545



健幸10か条

10か条続けて健康10(寿)命を延ばそう!

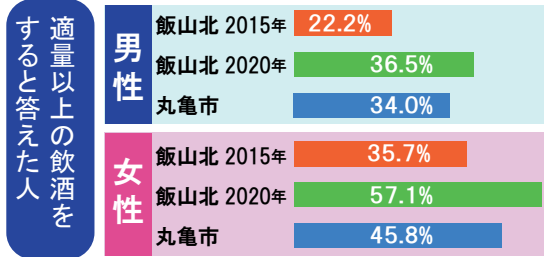
- 1(い) つもよりのんびりする日
- 2(二) コチンStopの日
- 3 食3つの器で食べる日
- 4(事) 故から身を守る日
- 5(ご) はんを楽しむ日
- 6(無) 理なく体を動かす日
- 7(仲) 良くつながる日
- 8(開) みがきを忘れない日
- 9(休) 肝日をとる日
- 10(受) 診する日



丸亀市では、みなさんの健康づくりに取り組む「きっかけ」となるよう、「健幸の日」を設定しています。

今年度健康課では、健幸10か条のうち、「ニコチンStopの日」「休肝日をとる日」「受診する日」の3つを重点的に健康づくりに取り組んでいます。

■ 今回は飲酒に注目してみました ■



R2年度丸亀市健康増進計画 評価にかかるアンケート結果

飯山北地区の方は、適量以上の飲酒をする人が増えています。過度の飲酒は、高血圧になり、血管を傷つけ、免疫機能を弱めます。

対応策1 お酒の適量を知ろう!

適度の飲酒には、食欲の増進・ストレスの緩和・血行促進・人との円滑なコミュニケーションを助けるなどのメリットがあります。では、適度とはどれくらいの量のことでしょう?



アルコール度数が高いほど、肝臓への負担が高くなりカロリーも高くなります。1日にどれかひとつが適量の目安です。

対応策2 休肝日を作ろう!

肝臓や胃を守るために、「週に2日は休肝日」を! 2~3日飲んで、1日休むと効果的です。



定期的な血液検査で肝臓の状態をチェックしましょう。

飯山交番
だより

詐欺の電話にご注意!

特殊詐欺が多発しています。

特殊詐欺とは、電話やメール等を利用して不特定多数の相手を騙(だま)す詐欺のことです。

オレオレ詐欺や架空料金請求詐欺が有名ですが、犯人は様々な手口で私たちが騙そうとしています。

今年6月末時点の県内の特殊詐欺被害総額は、約7,265万円。被害件数は、88件と前年の3倍以上に増えています。ちなみに丸亀市では約1,347万円、14件の被害が発生しています。

特殊詐欺電話のほとんどが、自宅の固定電話にかかってきます。

犯人からの電話を受けない対策として、ナンバー・

ディスプレイ機能や防犯機能付き電話の利用が効果的です。

固定電話のナンバー・ディスプレイ機能については、今年5月1日から、NTT西日本が高齢者対象のナンバー・ディスプレイ等の工事費・利用料を無料とする取組みを行っています。(適応期間・適応人数に制限あり)

この取り組みに関する問合せは
NTT西日本特殊詐欺対策ダイヤル
0120-931-965

までお願いします。

また、丸亀警察署でも固定電話対策として、振り込み詐欺撃退装置の貸出しを行っています。

特殊詐欺被害防止対策を行い大切な財産を守りましょう。

| | 9月 | 10月 | 11月 |
|-----------------------------|---|---|---|
| コミュニティ 98-6595 | 1・5・8・12・15・19・22・26・29 (火・金) 移動サービスおでかけ便 6・13・20・27 (毎週水曜日) 移動サービス翌週分予約受付(午前中) 7日(木) 健康相談 7日(木) かがやきくらぶ桃の里 14日(木) はんざん桃源郷学習講座 21日(木) はんざん桃源郷学習講座 24日(日) 連合自治会長会 26日(火) ふれあいいきいきカナマルサロン (水・金) 青色防犯パトロール巡回 | 3・6・10・13・17・20・24・27・31 (火・金) 移動サービスおでかけ便 4・11・18・25 (毎週水曜日) 移動サービス翌週分予約受付(午前中) 5日(木) 健康相談 5日(木) はんざん桃源郷学習講座 12日(木) かがやきくらぶ桃の里 19日(木) はんざん桃源郷学習講座 21日(土) 飯山北地区体育祭 24日(火) ふれあいいきいきカナマルサロン (水・金) 青色防犯パトロール巡回 | 7・10・14・17・21・24・28 (火・金) 移動サービスおでかけ便 1・8・15・22・29 (毎週水曜日) 移動サービス翌週分予約受付(午前中) 2日(木) 健康相談 2日(木) かがやきくらぶ桃の里 5日(日) はんざん桃源郷まつり 16日(木) はんざん桃源郷学習講座 19日(日) 飯山北地区防災訓練 28日(火) ふれあいいきいきカナマルサロン (水・金) 青色防犯パトロール巡回 |
| 飯山中学校 98-2027 | 1日(金) 2学期始業式 20日(水) あいさつ運動 21日・22日(木・金) 屋島集団宿泊学習 26日・27日(火・水) 中間テスト | 13日(金) 音楽発表会 16日(月) 丸亀こどもデー(休業) 20日(金) あいさつ運動 | 7日・8日(火・水) 職場体験学習(2年生) 21(火) あいさつ運動 21日・22日・24日(火・水・金) 期末テスト 27日～29日(月～水) 進路懇談会 |
| 飯山北小学校 98-2020 | 1日(金) 2学期始業式 5日(火) 愛校日 8日(金) 学習参観 作品展 21日～27日(木～水) 学習がんばり週間 | 4日(水) 校外学習(1年～5年) 16日(月) 丸亀こどもデー(休業) 20日・21日(金・土) 修学旅行 23日(月) 6年振替休業日 | 7日(火) 愛校日 17日(金) ボランティア感謝の集い 18日(土) 音楽会 20日(月) 振替休業日 14日～20日(火～月) 学習がんばり週間 |
| 飯山こども園 98-4023 | 1日(金) 2学期始業 1日(金) 二軒茶屋段ボール迷路(5歳児) 26日(火) ももりんピック(3歳児) 28日(木) ももりんピック(4歳児) | 3日(火) ももりんピック(5歳児) 6日(金) 交通キャンペーン・交通教室 10日(火) カママルレ職人スポーツキャラバン(5歳児) 12日(木) まる・カマきっず(4歳児) 23日(月) 親子遠足 26日(木) お月見茶会 | 2日(木) 食育と歯の健康づくり(5歳児親子) 5日(日) はんざん桃源郷まつり(作品展示) 10日(金) 防災教室 11日・12日(土・日) 丸亀市教育文化祭(5歳児作品展示) |
| ドルカスこども園 98-6460 | 28日(木) 鍵盤ハーモニカ 29日(金) 獅子舞 | 3日(火) 鍵盤ハーモニカ 14日(土) 運動会(予定) 16日(月) 鍵盤ハーモニカ 17日(火) こども防災教室 23日(月) 鍵盤ハーモニカ 24日(火) 秋の遠足 31日(火) ハロウィン | 6日(月) 鍵盤ハーモニカ 13日(月) 鍵盤ハーモニカ 20日(月) 鍵盤ハーモニカ 21日(火) 収穫感謝祭 28日(火) 鍵盤ハーモニカ |
| 飯山北第一保育所 98-2620 | 7日(木) 誕生会 | 3日(火) 誕生会 16日(月) 丸亀こどもデー(休業) 18日・19日(水・木) 飯山高校生臨地実習 | 9日(木) 誕生会 |
| 子育て支援センター 98-2095 | 5日・8日(火・金) 敬老プレゼント作り 12日(火) 平岡さんの参加型読み聞かせ 15日・26日(金・火) 地域の人と遊ぶ会 19日(火) 感触遊び 29日(金) お祭りごっこ・三谷獅子 | 6日(金) フラワーアレンジメント 10日(火) いもほり 24日(火) AED講習 27日(金) 運動会ごっこ 31日(火) Halloween | 2日(火) あだあじお出張育児相談 7日・14日(火) 絵合わせゲームをしよう 10日(金) やきいも大会 21日(火) 島田先生のリトミック 24日・28日(金・火) クリスマスツリーを作ろう |

行事予定は「新型コロナ対策」のため、変更や中止になる場合があります。予めご了承下さい。

自治会へ加入しましょう! ～遠い親戚より近くのおとなりさん～

◆ 自治会とは?

自治会は、住みよい地域づくり実現のため、隣近所に住む人たちが自主的に運営されている組織です。近年の大震災に見られるように、大規模災害発生直後には、地域の力で乗り切らなければなりません。

◆ 自治会加入のメリットは?

- ・ご近所同士のコミュニケーションを図ることができる
- ・自治会の行事を通して子ども同士、親同士の交流ができる
- ・防犯(見守り)意識が高まり、安心して住める地域を築ける

・災害時にお互い助け合うことができる

・身近な情報の提供(回覧・掲示板)を得られる

◆ 自治会加入の方法は?

お近くの自治会長、飯山北コミュニティセンターもしくは生活環境課へお問い合わせください。

◆ 自治会を設立したいときは?

飯山北地区コミュニティセンター、もしくは生活環境課へご相談ください。

飯山北コミュニティセンター TEL 98-6595

飯山北地区の現況
(令和5年7月1日現在)

人口 10,558 (-21) 男性 5,157(-5) 女性 5,401 (-16) 世帯数 4,487 (+18) *()内は対3ヶ月前