



令和5年4月1日 城北コミュニティだより 第110号

# 明倫の里 城北 ともしび

発行・城北コミュニティ 丸亀市御供所町一丁目5番20号  
城北コミュニティセンター「明倫」 ☎25・2141

城北地区人口

世帯数	2,603 (-4)
人口	5,397人(-25)
男性	2,500人(-15)
女性	2,897人(-10)

(令和5年3月1日現在)

(カッコ内は令和5年2月1日比)

## 笑顔 いっぱい 城北明倫まつり



「城北明倫まつり」が3月5日(日)、4年ぶりにコミュニティセンターで開かれました。晴天に恵まれ久しぶりの明倫まつりに、笑顔と活気があふれていました。子どもたちや地域の皆さん、学習クラブのメンバーの作品展示・舞台発表があり、バザー会場もたくさんの方々に賑わっていました。



賑わうバザー会場







スマイル体操 かんたん体操



入江流新舞踊 千鳥会



城北大正琴クラブ



ナツメロ明倫クラブ

学習クラブは、発  
表したくてもできな  
かった3年間の思い  
を込めて、演技や作  
品を披露しました。



ミノアカノヘア丸亀



明倫太極拳同好会



日舞を楽しむ会



明倫はくちょう太鼓クラブ



ダイヤモンドクラブ



明倫手芸同好会



民踊コスモス会



タンバリンをたたきながら

みな、元気に台唱  
音楽療法士の岩永十紀  
子さんによる令和4年度  
最後の音楽活動講座が12  
月13日、コミュニティセ  
ンターで開催されました。  
今回のテーマは「クリ  
スマス」と「昔の紅白歌合  
戦」で「ジングルベル」や  
「きよしこの夜」「笑って許  
して」「津軽海峡冬景色」  
などの懐かしい曲を参加  
者全員で歌ったり、岩永  
先生の指導でタンバリン  
やハンドベル、カスタネット  
などの楽器を鳴らしたり  
しながら音楽を楽しんで  
いました。(文化部会)



## 終活に大切なことは

くらしのセミナーが1月10日コミュニティセンターであり、フコク生命丸亀営業所長の樋川昇平さんが「ライフ&エンディング」のテーマで講演されました。

樋川さんは、医療・相続・葬儀・お墓など、終活にあたってはエンディングノートへの書き込みが大切であると説明しま

した。受講者は、終活対策として相続税の基礎控除額や生命保険の非課税の仕組みなどを学んでいました。



皆さん、講師の話を真剣に

## 文化部会

### 赤穂義士と丸亀の関係は



赤穂義士の位牌が丸亀に

香川近代史研究会の宮本義行さんを講師に招いた教養講座が2月14日、コミュニティセンターで

開かれ『丸亀に関わる赤穂義士』についての話がありました。宮本さんは、丸亀藩と縁があった「大石内蔵助の妻、理玖さんや赤穂義士の早水藤左エ門」などを紹介。理玖さんが妹の嫁ぎ先だった京極藩家臣山田孫助宅を訪ねたことや、早水藤左エ門の位牌が丸亀城下の見附屋にあったことを初めて知った人も多かったようです。

## おばあちゃんとお弁当作り

### 調味料計量も正確に

子ども料理教室には、小学生7人と付き添いの高校生のお兄ちゃんとおばあちゃん2人、ヘルスメイト6人が参加しました。献立は豚肉のソテー・ブルベリーソース、きのこの洋風煮びたし、サツマイモとリンゴのコロコロサラダ、ミキサーチーズケーキ。子どもたちは

野菜を上手に切り、手早く調理。自分たちが作った料理を弁当箱に詰め、「早く公園で食べたい」と笑顔を見せていました。(保健部会)



仲よく協力しあっておいしい弁当!

## 腰痛はどうして起る

### 腰が原因じゃない?



初体験 身体すっきり!



(株)BMFの藤本成紀さんを講師に迎えて、体操とマッサージで痛みを軽減する体験教室を2月22日会員対象に開催しました。参加した30人は、体

の仕組みからどうして痛くなるのか、どうしたら痛くならなくなるのかの説明を受け、痛みを軽減するやり方をみんなで体験。ちょっとした運動や言われた所を手で緩めていくだけで効果を実感。「えっ? これだけでさつきまでと違う」とびっくり。自分の症状を藤本さんに質問したり、対処法を覚えてもらったりしました。(城北愛育班)

## 津波は怖いが直下型も・・・

南海地震では、城北地区にも津波が来ると言われています。

城北地区自主防災会においては、洪水や津波に備え、城北小学校を避難所とし、避難者を受け入れる備えを順次行っています。ご承知のように、先日トルコ・シリア大地震が発生し、数万人の死者、十数万棟の倒壊・倒壊の恐れのある家屋が発生しました。

日本においても、阪神・淡路大地震、熊本地震等直下型地震の発生により甚大な被害が生じました。この直下型地震は、地震発生直後に家屋倒壊等による大規模な人災、インフラ施設の破壊等が起こります。

このような直下型地震に備え、私たちは、自分事として、備えなければ

なりません。

事前の備えとしては、

- ① 家屋の耐震対策
  - ② 家具の固定
  - ③ 緊急持ち出し用品の準備
  - ④ 緊急時避難箇所、避難経路の確保
- 等が必要です

- 地震が発生したら
- ① 身の安全を確保
- ② 火災発生の未然防止
- ③ 安全な避難
- ④ 安全な避難

が必要で、家屋、家具等の下敷きになったり挟まれたりした人がいた場合には、まず、大声で救出仲間を呼びましょう。

その後、さらなる倒壊等の恐れがないことを確認し、救急救命活動を行います。

今年の城北地区の防災訓練では、避難訓練と併せてこの救急救命訓練も行う予定です。城北地区の皆さん、いざという時お互い助け合いましょう。

## 新春おめでとうウォーク

年が変わって早々1月9日、87名でスタートしました。風もない、静かな朝でウォークには最適な。9時半に集合した丸亀城大手門を3種類のコースに分かれて出発。一

番長いコースでも消防団の出初式を見学できて、その後解散しました。

集合した時、参加者の一人が足を取られ怪我をしました。一日も早い回復を願うと共に、大勢の人が集まると何かが起こり易いと感じました。(体育部会)

## 全国大会出場おめでとう

東中学校コーラス部(11人)が県大会で優勝し、「第16回声楽アンサンブルコンテスト全国大会」に出場しました。全国大会は、3月16日から19日まで、福島市の「ふくしん夢の音楽堂」で開催されました。

## 2009万円集まる

### 令和4年度共同募金

城北地区の共同募金(赤い羽根共同募金・歳末助け合い募金)の集計がまとまりました。

総額は209万6298円で、内訳は戸別募金173万9100円、法人募金35万7198円でした。地区の皆様ご協力ありがとうございました。

## 今年度も健康ポイント

ポイントを獲得できるのは、コミュニティの保健部会・福祉部会・文化部会の行事、各種検診、コロナワクチンなどで、詳しくはオレンジ色のす

こやかカードに記載しています。個人で受ける歯科検診は対象外です。3ポイントから参加賞をプレゼント。たくさんポイントを獲得しましょう!(保健・福祉・文化部会)

## 入学・入園 おめでとう

### 令和5年度新入学予定者数

(令和5年2月24日現在)

校名	性別	男子	女子	合計
土居保育所		8	5	13
城北こども園		15	10	25
城北小学校		28	16	44
東中学校		106	101	207
合計		157	132	289

## あとがき

新年度がスタートし、入園・入学・入社された皆さん、おめでとうございます。

3月には、しつこいコロナ禍に負けず、4年ぶりに「明倫まつり」が開かれ、本面のトップ記事とすることができました。

広報部会は皆さんの活動記事を「ともしび」に掲載していきたいと思っておりますので、ご愛読をよろしくお願いたします。(横田)