



令和5年10月1日 城北コミュニティだより 第112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 2,602 (-1)

人口 5,366人(-10)

男性 2,482人(-8)

女性 2,884人(-2)

(令和5年9月1日現在)

(カッコ内は令和5年8月1日比)

豊かな遊びの経験を! 城北こども園



バスごっこ～♪
楽しいね☆



石鹸の泡のクリーム
まぜまぜ～



びよーん！ スライム
作ったよ。おもしろいね



わらべうたあそび
くすぐったいね★



うま〜くお水が流れるかなあ？



つめたーい！
これなんだろう？

城北こども園には0歳児〜5歳児まで121人の子どもたちが通っています。こども園では、「じぶんがだいすき・ともだちがだいすき・なかまをたいせつに」を目標に、一人一人の子どもの気持ちを大切に保育を心がけています。そして、年齢や発達に合わせた環境づくりを行い、その中で保育者や友だちと触れ合いや会話を楽しんでいます。

夏の遊びでは、様々な感触遊びを取り入れ、室内・戸外で自分の好きな遊びを見つけて楽しめるようにしてきました。こうした、子ども一人一人の主体的なあそびが保障されるような園づくりを日々心がけています。

地域の皆様には、日頃より子どもたちの成長を温かく守っていただき、感謝申し上げます。

城北こども園

園長 佐藤澄水

Twitter

「城北地区防災」で検索してください。



ゴーヤで猛暑克服!

夏を乗り切るのに必要なビタミンCやカリウムが豊富な野菜のゴーヤを食す会を開きました。



油の温度はいいかな!



準備万端 さあ!

会員が持ち寄ったゴーヤで、チャンプルーやかき揚げ、佃煮などを調理し、ゴーヤが苦手な人もおいしくいただき元気をもたらしました。食感が良い種の天ぷらや少し苦みのあるジュースも楽しめました。皆さんもぜひどうぞ。

意見交換会開催

「城北防犯パトロール隊意見交換会」を7月21日、丸亀署生活安全課や防犯協会、城北小横山校長、城北こども園佐藤園長を招き開催しました。



白熱した意見交換

犯罪発生状況や少年補導などについて、「住宅侵入盗や空巣が県下で多数発生しているので、センサーライトなどの防犯設備設置が望ましい」「昨年度は504回の見回り、述べ3000人を超える子どもたちに声かけを行った。今年度は補導委員とともに活動する」などの報告があり、地域の課題など活発な意見交換をしました。

子ども料理教室

食生活改善推進協議会が共同募金地域福祉活動支援事業助成を受けて、城北小学校に募集依頼。小学生15人、ヘルスメイト7人の参加で開催。献立は、焼き肉サラダ・大根とニラのトロみスープ・キヤロットゼリー。調味料も正確に計り、人参をすりおろしたり、材料切る、炒めるなども子どもたちだけで頑張りました。みんなで試食し、食欲旺盛でご飯をお替り、おかず足りないという子もいましたが、おいしくいただきました。



おいしくできるかなあー

楽しく歌って ストレス解消

8月24日毎年恒例の音楽療法、三崎めぐみ先生を講師に迎えて、テーマは「山」。山男の歌から始まり、湖畔の宿や夏の思い出など昭和の懐かしい歌、唱歌、歌のできた背景や歌詞の意味などわかりやすく楽しい説明を聞きながら、参加者37人で



童心にかえって!

肩こり?首こり?

りを自分の力で軽減する体験教室を7月12日、29人(会員対象)が参加し開催しました。

肩こりと言ってもどの辺が痛いかわかることが大事。肩と目の筋肉はつながっているの、目の疲れからも肩こりする。

改善方法として①鎖骨から動かす、肩を上げ下げする、前後に肩を回す。②肩甲骨を上下する、寄せる開くなどの運動を教



解消できるかなあー

(株)BMFの藤本成紀さんを講師に迎えて、肩こ

(城北愛育班)

みんな、元気に合唱

今年度の1・2回目の音楽療法士岩永十紀子先生による音楽活動講座が、コミュニティセンターで開催されました。

1回目の7月11日は「結婚・海」2回目の8月8日は「山・坂本九さんの曲」をテーマに、全参加者が先生の指揮によりタンバリンやベル、鈴、カステネットなどの楽器を鳴らしながら楽しく元気に合唱しました。次回は、10月10日、11月14日、1月16日の予定です。(文化部会)



1回目、大きな声で元気よく



2回目、タンバリンをたたきながら

身の回りの対策あれこれ

6月13日、コミュニティセンターで丸亀署生活安全課の松本さんや交通課の大麻さんを講師に、暮らしのセミナーを開催しました。

特殊詐欺事例では、市役所や金融機関を名乗る者からの電話や自宅訪問し、キャッシュカードをだまし取る手口などがあり、電話に留守電機能やナンバーディスプレイの機能を付けると被害防止になる。交通事故は、夜間の高齢者の死亡事故が増えており、夜間の外出時

には、反射材タスキを掛けるようななどの指導がありました。(文化部会)



特殊詐欺に注意

利用目が変わりました

城北おたすけ便(買物支援)

★運行日 火曜日→水曜日

★受付日 土曜日→火曜日

★行き先 土器マルナカ→産直ひらやま

運転手が不足しています。ご協力いただける方はコミュニティまでお願いします。☎25-2141

至福のひととき♪

城北婦人会では7月26日にGTOフルーティーズを迎え、コミュニティで演奏会を開催しました。フルートなどの演奏は音色が美しく、楽しい歌や静かで悲しみを帯びた曲など、私たちの心に心地よく響きました。

若い頃に口ずさんだ思い出の歌は、私たちが歌いました。忘れかけていた歌を合唱し、特に懐かしい歌は当時を思い出し至福のひとときを持つことができました。(婦人会)



GTOフルーティーズ

室内ペタンク大会

6月25日、城北小学校体育館で約30人が室内ペタンクを楽しみました。

ペタンク競技は室内と屋外がありますが、どちらも年齢・性別を問わず、皆で楽しめる競技です。ペタンクに興味のある方は、体育部まで申し出てください。

ボウリング大会

7月19日、36人(男子18人・女子18人)が参加して、ボウリング大会を開催しました。日頃の運動不足解消も兼ねて楽しみました。

優勝は男子の部は茂木道明さん、女子の部は竹内奈美子さんでした。

ラジオ体操

1回目は城北子供会の野外キャンプを利用して、2回目はコミュニティセンター駐車場で、どちらも朝6時30分のラジオ体操に合わせて開催しました。

(体育部会)

「災害弱者」と「女性視点」での防災の必要性

「災害弱者」という言葉を知っていますか？また、どのような人と思いますか？

災害弱者とは災害時、自力での避難が通常の者より難しく、避難行動に支援を要する人々を指します。

具体的には障がい者（肢体不自由者や知的障がい者、内部障がい者、視覚障がい者、聴覚障がい者）、傷病者・体力の衰えた高齢者・乳幼児や子供・ペットとその飼主も含まれると思います。

これら災害弱者に対する必要な支援は多岐に渡ります。いざ、災害が起こった時から対応しても混乱を招くだけです。今出来る事を私たち城北地区自主防災会と共に考えていきたいと思います。

まずは避難所に行くか自宅避難か、家族や支援

者と話し合ってみるから始めましょう。

次に、災害弱者とも言える女性の避難所での困りごとの事例が報告されており、①間仕切りの無い所での着替えや授乳②下着を干せない③女性用の配給物資が届いても、配給担当が男性なので取りに行きづらい④避難所のリーダーが男性で、膀胱炎など女性が掛かりやすい病気について相談できないなど、ほんの一部ですがまだまだ沢山あります。

いざという時、あなたの娘さんやお孫さん、配偶者、お母さん、お姉さん、親戚のお子さんなどが避難所で困って悲しい思いをしないように、そして女性による女性のための（お子様含む）女性視点での防災を考えて対応していけるように、城北地区自主防災会有志で「女性部」を結成いたしました。（防災会）

福祉部会

新福祉部会スタート

城北コミュニティを構成する7部会の一つ福祉部会（斎藤亮子部会長）は、民生委員、福祉ママ、OBの民生委員ら17人で組織し、新たにスタートしました。

結成後、市福祉課の職員を講師に、個人情報共有について協議。一人暮らし高齢者などの情報を福祉ママと民生委員で共有することで、活動を

見守りネット講演会開催

7月25日、アイレックスで福祉協力員を対象に開催。福祉協力員は、

「みんながつながり、みんなで支え合い、誰もが安全に安心して暮らせるまち 丸亀」を目標に、身近な地域における困りごとの発見、解決に向けた活動や見守り活動などの支援を行います。民生委員や福祉ママも

しやすくすることが期待されるが、はたしてどの範囲までの情報を共有できるかがテーマでした。難しい問題で「この範囲まで」との結論は残念ながら出ませんでした。



真剣そのもの

福祉協力員として活動しています。プライバシーは守られるので一人で抱え込まず相談を。

講演は落語家桂こけ枝師匠で、福祉や人権、健康について各地で積極的に活動しています。



師匠は三豊市出身!!

防災メモ

8月15日近畿地方に上陸、鳥取県に大きな被害を残した台風7号。この時静岡県で竜巻が発生した。台風の中心から200〜600km付近にある帯状の雨雲群を「アウターバンド」といい、そこでは竜巻が発生することがあり、断続的に激しい雨や雷雨があります。

台風から遠く離れているからと安心はできません。（防災会）

あとがき

コミュニティ冊子「未来へ向けたまちづくり」や広報誌「ともしび」発行の折、原稿の添削や写真撮影など、色々お世話になった若松和男さんが逝去されました。

心からご冥福をお祈りいたします。教えを忘れず「ともしび」の編集に取り組み、皆さんに読んで頂けるよう努力したいと思います。（菅）