



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	2,879 (-9)
人口	6,397人 (-19)
男性	2,976人 (-9)
女性	3,421人 (-10)
(平成25年3月1日現在)	
(カッコ内は平成25年2月1日比)	

あったか ふれあい 明倫まつり



熱唱熱演が続く舞台発表

3月3日、第13回城北明倫まつりがコミュニティ鈴木会長の挨拶でひらかれた。

城北幼稚園児の愛らしい演技は、会場を楽しい雰囲気に取り巻き、センターの生涯学習クラブで学ぶ出演者も司会者の名調子に、華やかな衣装で、熱唱熱演、一年間の学習成果を十二分に発揮、会場は熱気にあふれていた。

展示会場は廊下、講座室、小会議室で、学習クラブの力

作、傑作作品の他に、前もって回覧板などで募集した一般展示もあった。次回も地域の人々の積極的な参加、応募を期待したい。

幼稚園、保育所園児作品の壁面展示場には子供と一緒にわが子の作品の前に立つ若い



今年はたくさん出しました

夫婦も多く、ほほえましい空気をかもしていた。

駐車場のテント張りバザー会場は、天婦羅、やきそば、うどんなどの定番に、かわえ、フリーマーケットや血圧測定もあり、夕食のおかずの一品を買い求める人や、少し肌寒



おいしかったです

いがビールで喉を潤す人など終日にぎわいを見せていた。

まつりのト리는恒例くじの抽選会、2時30分開始時間には会場は満員、熱気に包まれるなか、ぐるぐるメガネをつけた司会が開始を告げると、バニー耳や大きなリボンをつけた助手たちが登場。今年は、空気清浄器、電子レンジなど



上手にできましたよ

の高級景品もあり、当選番号と名前が読み上げられるたびに大きなよめきがあがっていた。地域のふれあいを再確認した一日でした。
最後に寒い会場の外で警備にあたっていただいた消防団のみなさま「おつかれさまでした」



大あたり!!

5月19日に開催

城北コミュニティ総会

城北コミュニティ「明倫の里 城北」(鈴木巖会長)は平成25年度総会を5月19日(日)午後1時30分から明倫センターで開きます。

平成24年度事業報告・決算報告・25年度事業計画・予算案審議などの議事が、予定されています。



自主防災会が救命講習会

城北地区連合自治会自主防災会主催の「県民向け救命救急講習会」が2月24日、明倫センター大会議室であり、コミュニティ役員や自治会長ら約40人が参加しました。

心臓停止や脳卒中の人に遭遇した際に対応する初期の救命処置を覚えてもらおうと、県が各地で開いており、香川大学医学部の中村文洋准教授から、短時間で覚えられる心臓マッサージを中心に救命救急

方法の指導を受けました。

中村准教授は「心臓停止や脳卒中は初期症状での対応が重要」などと話した後、参加した皆さんは実際に心臓マッサージやAEDの使い方を体験。

目の前で倒れた人が心臓停止か脳卒中かを判断する方法などを学びました。今回の講習会を通じて、参加者は「勇気を持って心臓マッサージをすることが大切」と感じていたようでした。

地域づくりの核に扁額を

「明倫とは」!

所長 片山 和雄

これからの地域づくりは、コミュニティと地域の人々が協働で作る時代に移っています。城北地区では、「明倫の里 城北」と地域住民や構成団体が手を携え、安全・安心のまちづくりやともに学びあう地域社会を築くことが大切ではないでしょうか。

「明倫」の由来をご存知で



明倫の扁額写真

すか。江戸時代、丸亀藩の藩校「正明館」に掲げられていた「明倫」の扁額が、「明倫館」を経て現在の城北小学校に引き継がれました。明倫の教え

である「人としての道を明らかにする」の精神は、今も生き続けています。明倫センターに展示している「明倫」の心を受け継ぎたいと思います。センターには、マッサージ機・ヘルストロン・エアロバイクなどを設置しています。CDで二胡の演奏を流し、皆さんの疲れを癒す取り組みもしています。気軽に立ち寄っていただき、生涯学習や心身のリフレッシュに取り組んでください。

引き出そう「自分を守る力」

武田先生を講師に研修会

安全インストラクターの武田信彦さんを講師に招いた研修会が2月5日、明倫センターで開かれ、城北防犯パトロール隊の隊員や住民ら約40人が参加しました。

武田さんは、全国各地の安全活動プロジェクトに取り組みながら、地域住民への提言や防犯リーダーの育成、安全教室や講演会の講師として活躍しています。

研修会で武田さんは「自分を守る力を引き出そう」をテーマに「予防力はよく見て、



新聞紙の幅が人との安全距離

よく聞き、死角をなくし隙を作らない」「対処力は先ず逃げる。「助けて」と叫んだり、防犯ブザーなどで人に伝えたりすることが身を守るコツ」と話していました。

地域の安全・安心研修会

防犯パトロールスタイルを発表

飯山市民総合センターで2月7日、うさぎのママのパトロール教室（東京）を主宰する安全インストラクターの武田信彦さんを招いて「地域の安全・安心を考える研修会」が開かれました。

市内のパトロール隊員約70人が出席。第一部は、城北など4校区のパトロール隊員が地域の個性を生かした巡回用

のジャンパーとバッグなどを発表。城北隊は城北小のこぼろびキャラクター「ほくほく」をデザインし、なかなか好評でした。



第2部では、武田さんが「子どもの安全を守る3つの力」子どもの力、大人の力、地域の力」のテーマで講演。「パトロール隊員はテレビの世界ではなく、何かあった時に助けてくれる本当のヒーロー。あいさつやパトロールを通して子どもたちにしつかりと生きざまを見せてください」と



パトロールファッションショー

会員募集

社交ダンス 三喜の会

練習日 金曜日 19時～21時

連絡先 小山里美

TEL 090-4337-6141

スイーツに挑戦



ケーキはメレンゲがいのち!

2月28日明倫コミュニティにて、幼児期の子をもつ母親を対象に、パティシエ岡田訓江さんに抹茶シフォンケーキなどを教えていただきました。当日は託児係に子どもを預けて、お母さんたちは安心してケーキ作りに集中出来ました。



託児のおばちゃんと楽しく待っているね

愛育班活動で全国表彰

中野実千代さん

城北愛育班班長の中野実千代さんが、恩賜財団母子愛育会の愛育班活動功労者に選ばれました。表彰式は愛育班員全国大会（4月17日・東京）で行われます。同会総裁の秋篠宮妃紀子さまもご出席されます。

中野さんは、昭和52年から愛育班活動に加わり、平成14年4月からは班長に就任。すくすくクラブ、よい子の広場、料理教室、クリスマス会など子育て支援の多彩な行事・企画を進めています。

皆さん、ストレスを溜めていませんか？

1月25日明倫センターで、丸亀病院臨床心理士長町先生をお迎えして「心の健康法」のお話をお聞きました。

ストレスを溜めないための解消法は、根拠の無い決め付け、白黒思考、過小評価、ベキ思考、極端症、自己関連づけ、情緒的理由づけ、予言などをしないことが大切です。先生のストレス解消法は、

寝る事、食べる事、歌う事だそう。ストレスが影響して、冬にうつ病になる傾向があるそうです。

精神的ストレスによって不安、怒り、空しくなるなどの症状が出ます。

身体的ストレスでは、呼吸が早くなる、心臓がフル活動する、汗が出る、血圧が高くなる、肩凝り、過敏症大腸炎などの症状が出るそうです。

講座生は認知症対応法などを熱心に質問していました。

(保健部会)

笑いと運動の体験学習会

城北老人クラブ連合会では3月10日、明倫センターで高齢者のための研修会を開きました。

講師として鶴足津福祉会施設長・岩崎雅彦さん、香川県老連健康づくり推進委員・平井禎子さんを招き、約120人の参加者は高齢者にとって大切な笑いと運動を体験しました。

岩崎さんは最初に血液の水が不足すれば脳血栓になり、水とのバランスが大切であると力説。この後、「牛ほめ」



かるやかに

の落語を一席、面白おかしい言葉のやり取りで笑いを誘いました。

平井さんの「リハレク」運動は高齢者になると足腰が弱くなるので、運動で体を鍛える重要性を訴えられました。音楽に合わせての手足の上げ下げ、肩の回転などで自分の体は自分で作ることを強調され、テレビ「水戸黄門」の主題歌にあわせて、手足の運動を交えて輪になって踊り、最後に大きく息を吸い込んでハッハッハッハッハー。お疲れさんでした。最後におうどんの接待がありました。

お城へ新春ウオーク

1月6日、おめでとうウオークが行われました。

今年30人の参加がありました。昨年の19人からは大幅な増加があり、盛況でした。お天気に恵まれ、にぎやかに登りました。

(体育部会)

入学おめでとう

平成25年度の新入学の幼児、児童、生徒数は次の通りです。

	平成25年度新入学予定者数 (3月6日現在)			
	性別	男子	女子	合計
平山保育所		9	7	16
土居保育所		3	8	11
城北幼稚園		12	13	25
城北小学校		21	34	55
東中学校		130	106	236
合計		175	168	343

家族ハイキングに参加を!!

日時/平成25年4月7日(日) 場所/国営讃岐まんのう公園 詳細は自治会を通じて回覧板でお知らせします。

(体育部会)

学園の現場から

城北幼稚園

園長 小橋 則子

平成24年度は「丸亀市幼小保連絡研究協議会」という研究発表があり、城北小学校・平山保育所・土居保育所との絆が一層深まりました。

お城での園外保育、給食体験、緑道公園の清掃などの活動を一緒にする中で「人とかわる力」をはぐくんできました。

少子化の今日、園児数の減少は城北幼稚園の課題ではありますが、少ない園ならではのメリットもあります。降園

五色台から届いた雪で雪あそび



城北コミュニケーションだより「ともしび」編集・広報部会
年間4回発行（1月、4月、7月、10月の各1日付）

後（2時～3時）は、子どもたちにとつては「全園児の遊びタイム」、保護者の方にとつては「おしゃべりタイム」になっています。日々の何気ない話の中で子育ての情報を交換したり、ストレスの解消をしたりしています。

子育ては、大変な仕事です。戸惑ったり、悩んだりした時、仲間がいれば心の支えとなります。友達が必要なのは、子どもだけではなくありません。

おしゃべりのススメ

城北幼稚園は、子どもも大人も、みんな仲間です。携帯電話やインターネットが普及している社会だからこそ、心と心をつないでいくことが大切だと思います。

4月には新しい遊具も設置します。小さいお子さんがいる方、お孫さんがいる方、おしゃべり好きな方もそうでない方もぜひ、城北幼稚園に遊びにおいでください。みんなでおしゃべりをして「城北子育ての輪」を広げていきましょう！

お待ちしております。

記念日歳時記 郵便・電話

このシリーズは、災害のたびに注目を集めるインフラ各種について、丸亀での起源を尋ねるものです。今回は情報伝達に欠かすことができない郵便、電話です。（K）

◆明治5年に郵便局誕生

丸亀に郵便路線が設けられたのは明治5年7月のことです。その前年の同

4年4月、東京―大阪間で近代郵便制度が始まったばかりですから、地方への普及は早いものでした。

県下には丸亀と高松に郵便役所を設置。さらに坂出、志度、三本松、多

度津、琴平、仁尾、引田、牟礼、観音

寺などに郵便取扱所が出来ました。丸亀郵便役所は通町に置かれました。

当時の丸亀を中心とした郵便路線は丸亀―高松―引田（徳

島へ接続）、丸亀―上高瀬―和田浜（愛媛へ接続）、丸亀

―多度津、丸亀―琴平、丸亀―下津井（本州へ接続）などでした。

郵便料金は郵便物の重さと配達距離によって違う煩雑なものでした。封筒書状は4匁（15グラム）ごとに25里（100キロ）以内1銭、50里（200キロ）2銭、100里（400キロ）以内3銭などの規定がありました。海上以外は脚夫（配達人）が運んでいました。

郵便役所が郵便局に改称となったのは明治8年です。

◆電話スター
トは107台
電話の導入は郵便に比べかなり遅れました。明治37年9月に丸亀警察署と塩



共電式電話の要をはたした旧丸亀電話局舎（丸亀市南条町）

屋駐在所の間に開通したのが始まり。同39年10月には丸亀市役所と香川県庁との間で通話が可能となりました。

市内に一般市民が使える普通電話がお目見えしたのは同43年2月で、この時の架設電

話機は107台。同44年4月には公衆電話が登場しました。電話機は磁石式、共電式を経て自動式に変わってきましたが、市内の電話がダイヤルによる自動式になったのは昭和39年10月。自動式の導入が意外と遅く感じられます。そして、同41年8月には全国どこへでも即時通話ができるようになりました。

◎主な参考資料 丸亀市史、香川県大百科事典、四国新聞

あとがき

城北コミュニケーション「明倫の里 城北」は今年5月に設立15周年を迎えます。それ以前は城北地区社会福祉協議会がコミュニケーション的役割を果たしていました。「ともしび」は城北地区社協誕生（平成6年3月）を機に創刊されました。

インターネットで瞬時に世界のニュースが分かる世の中ですが、地域の出来事はなかなか伝わりません。その空白を埋めるのが小紙編集員の役目と考えております。ご支援ください。

（香川）

「城北コミュニケーション」の名称を「ともしび」紙上では「明倫センター」と表記しています。