



# 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	2,575 (-5)
人口	5,200人(-14)
男性	2,433人(-5)
女性	2,767人(-9)
(令和7年6月1日現在)	
(カッコ内は令和7年5月1日比)	



あいさつする砂本会長

「令和7年城北コミュニティ総会」は、5月18日代議員61人参加、委任状50人で開催しました。提出議案は、令和6年度事業報告▽収支決算及び会計監査報告▽令和7年度事業計画▽同収支予算▽コミュニティセンター管理運営会計で、いずれも賛成多数で承認されました。

## 令和7年 コミュニティ総会 3議案承認

### 総務部会

- 明倫まつり、ほくほくふれあいまつりの開催、一本化の検討
- 買物支援
- 全体研修会
- 学校支援の協力

## 今年度の 主な事業

### 福祉部会

- 障がい児童激励
- 敬老会開催
- 友愛訪問
- 共同募金街頭活動
- ほくほくふれあいまつり 一人暮らし(70歳以上)、障がい者バザー券配布
- 城北小新入生プレゼント
- パトロール隊活動に協力

### 保健部会

- ポイント制度の実施
- すくすくクラブ 第3金曜日
- わいわい教室 第3火曜日
- 健康相談
- 健康教室
- 料理教室
- 血管老化度測定など
- 子ども対象運動のコツ体験教室

### 環境部会

- 防犯パトロール隊活動
- 東汐入川緑道公園、けんこう公園清掃活動
- ゴーヤ料理教室
- 緑のカーテン活動
- 地域清掃美化活動

### 体育部会

- 春のハイキング
- チャレンジウィーク
- 屋外、屋内ペタンク大会
- チャレンジ(卓球・ポッチャ)大会
- ボウリング大会
- ほくほくふれあいまつり 屋外イベント
- ラジオ体操
- 新春おめでとうウォーク

### 広報部会

- 広報紙「ともしび」  
年4回発行
- ホームページ「城北コミュニティ」、X(=旧ツイッター)「城北防災」の更新

### 文化部会

- 音楽療法士による音楽活動
- 教養講座
- 出前講座



## 防犯パトロール隊対面式



よろしく願います

城北防犯パトロール隊は、城北小学校の子どもたちの登下校を見守る活動を、毎日行っています。

4月23日に、全学年の子どもたちとの対面式がありました。丸亀警察署、防犯協会、丸亀市少年育成センターの方々が出席し、「交通ルールを守り安全に通学すること」について、お話がありました。

## 緑のカーテンに挑戦

今年の夏も酷暑が予想されています。皆さんはどのような対策を考えていますか。環境部会では、環境にやさしい「緑のカーテンづくり」を広めようと取り組んでいます。今年もゴーヤづくりに挑戦。苗や肥料を希望する会員に配りました。「緑のカーテン」に育てば嬉しいです。実はゴーヤ料

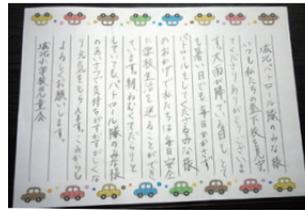


(環境部会)

理に利用でき、夏の暑さも和らげることが出来ます。これからも継続して取り組みます。ぜひ、一緒にやりましょう。

児童代表からパトロール隊に、お礼の言葉とお手紙をいただき、隊員一同思いを強くしました。

式の後、パトカーに見守られながら安全に下校しました。(環境部会)



感謝の手紙

## 10月5日に開催

ほくほくふれあいまつり

「第26回ほくほくふれあいまつり」を10月5日(日)、城北小学校運動場で午前9時より開催を予定しています。屋外イベントは、子どもから大人まで楽しめる競技、バザー、クジ引き、屋内では、血管老化測定などを計画しています。

## 今年もバッチリ

ゴキブリ団子



出来上がり団子

涙との戦い中

5月9日毎年恒例のホウ酸団子作り、会員79人が注文、内16人が参加して作りました。今年は特に古い玉ねぎで、すりおろして涙が止まらず悪戦苦闘しましたが、毎年参加してくれている人たちがスムーズに作れました。出来上がりをおうちに持ち帰り、かわいく小さい団子をたくさん作ってごきぶり対策バッチリです。(城北愛育班)

## 婦人会解散しました

令和6年度をもって71年の歴史に、幕を閉じることになりました。敬老会開催や日赤募金、日帰り旅行、手芸教室など活動してきましたが、会員の高齢化など諸般の事情により、4月23日の総会を最後に解散しました。会員、地域の皆さんご支援、ご協力ありがとうございました。



長い間ご苦労様でした

なお、防災会に男女肌着、コミュニティには屋外用時計を寄贈しました。

(城北婦人会)



## スポーツ体験会開催

チャレンジウィークの一環として、5月25日(日)、城北小学校体育館において、ソフトバレーボール、インディアアカ、ペタンク、バウンドテニス、ボッチャの5種目のスポーツ体験会を開催しました。

小学校の運動会が雨天順延となり、同時開催となったため、参加人数が予想より下回りました。みなさん思い思いに体験しました。種目ごとに指導者がいたので、すぐに楽しむことができたと思います。

からだを動かすことでリフレッシュでき、健康への意識も高まったと思います。参加者同士の交流もあり、今回の体験会を通じてスポーツの楽しさと大切さを改めて感じたのではないのでしょうか。  
**ラジオ体操**を7月下旬と8月下旬に計画しています。音楽と号令に合わせて行うことで、リズム感

を持って楽しくからだを動かすことができます。正式な日程が決まりしだい、回覧などでお知らせします。日常の運動習慣づくりや健康の保持増進のために、積極的にからだを動かして、スポーツを楽しみましょう。

(体育部会)

## 第2回敬老会

お楽しみに!

◆日時 9月6日(土)

◆場所 コミュニティセンター

◆対象者 80歳以上

◆出演 ①手品②大木

亀丸さん漫談③中村

洋二郎さん歌唱④東

中コーラス部上演

◆申込 コミュニティセンターで7月15日

から7月31日まで受

付。先着80名。プレ

ゼントもあります。

(福祉部会)

## 民生委員の変更

城東町3丁目・大手町1丁目担当は、紺谷正彦。

## 文化部会のお知らせ

今年度の講座は次のとおり。開催場所は全てコミュニティセンター。

### 【音楽活動講座】

日 ①6月10日(火)

②7月8日(火)

③11月11日(火)

④1月13日(火)

⑤2月10日(火)

時 13時30分～14時30分

講師 音楽療法士 岩永十紀子

### 【教養講座】

①日 9月9日(火)

時 13時30分～15時

講師

香川短大

副学長 齊藤栄嗣

主題 「空海がめざした道」

②日 12月9日(火)

時 13時30分～15時

講師

英明高校 教員 田山泰三

主題 「井上通女の生涯と文学(帰家日記)」

①日 8月26日(火)

時 13時30分～14時30分

講師

香川県

中讃保健所職員

主題 「家庭でできる食中毒予防」

②日 10月14日(火)

時 13時30分～14時30分

講師

生活協同組合

コープかがわ

ライフプラン

アドバイザー

主題 「すぐできる認知症と介護の予防」

## 保健部会のお知らせ

### 子ども料理教室

日 7月24日(木)

9時30分～12時30分

所 コミュニティセンター

調理実習室他

対象 小学生

(保護者同伴可)

持参物 エプロン、給食帽

手拭きタオル、上靴

参加費 1人100円

締め切り 7月15日

24人

### 健康相談

(血圧・骨密度測定・検尿・相談)

①日 7月10日(木)

13時30分～

14時30分受付

②日 8月4日(月)

13時30分～

14時30分受付

所 市宮城東団地

集会室

③日 8月4日(月)

13時30分～

14時30分受付

所 大倉団地

自治会館

※地区外の方も参加可



昨年の音楽活動の様子

## 熱中症予防と応急処置

### ■熱中症の予防

- ①熱中症アラートを活用  
アラート発表時には、のどが渇く前に水分・塩分をこまめに補給
  - ②エアコンをしっかりと使いまししょう
- エアコンを適切に使用
  - 高齢者などに声掛け
  - 不要不急の外出避ける
  - 暑さ指数に応じて、外での運動は中止、延期

- 停電時の断水に備え、飲み水を備蓄
- 電力需給逼迫時には、浴槽やバケツに水を

### ■熱中症の応急処置

**熱中症を疑う症状があるか**

「めまい、失神、筋肉痛、筋肉の硬直、大量の発汗、頭痛、不快感、吐き気、おう吐、倦怠感、虚脱感、意識障害、けいれん、手足の運動障害」

● 呼びかけに答える？

Yes ←

- 熱中症は室内でも夜でも発生、命に関わる問題
- 無理な節電はせず、夜もしっかりと使用
- 日中は、簾だれなどで日差しを和らげる

**注意！**  
停電時など、**エアコンが使えないときには**

- 日光を遮り、風通しを
- 濡れタオルなどを肌にあて、うちわであおぐ
- できる限り、冷房設備が稼働しているところへ避難

涼しい場所へ避難し、服をゆるめ体を冷やす。その後水分を自力で摂取できる場合は、水分・塩分を補給。そのまま安静にして十分に休憩をと

り、回復したら帰宅しましょう。回復しない場合は医療機関へ

NO ←  
救急車を呼び、到着まで前記と同じ対応を実施

(防災会)

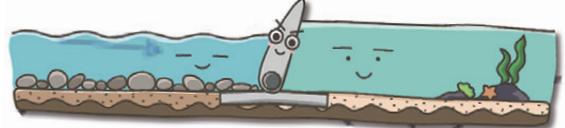
## 危険！サイレンが鳴ったら土器川には近づかないで！

大雨が降って土器川の水位が上昇する時は**サイレンが鳴ります**ので、土器川には近づかないようにして下さい。

なぜサイレンが鳴るの？



土器川では潮の満ち引きの影響で、海水が逆流することがあり、その海水の逆流を防ぐ為に潮止堰を設置しています。潮止堰上流が増水するとゲートが倒れ、潮止堰下流でも増水します。その危険をお知らせするためにサイレンが鳴るとい仕組みです。



いつもは下流からの逆流を止めてるよ！



増水時はゲートが倒れる前にサイレンが鳴るよ！



【動画】～新たな潮止堰ができるまで～



国土交通省 香川河川国道事務所 土器川出張所

## 学校支援ボランティア

### 対面式

5月28日、城北小学校で学校支援ボランティアと児童の対面式を開催しました。

城北小学校西山校長、学校支援ボランティア水早会長の挨拶の後、会員の自己紹介。児童代表から感謝の言葉がありました。

また、学校支援ボランティアの募集もしています。



よろしくお願いします

皆さんのご協力をお待ちしています。連絡はコミュニティセンターまでお願いします。

☎ 25-2141

## あとがき

長年、活動してきた城北婦人会が、4月の総会をもって惜しまれつつ解散となりました。お疲れ様でした。

昨年の敬老会は大勢の参加者で賑わい、多彩なアトラクションは大好評でした。今年も連日のように猛暑が続くと思いますが、熱中症などに気をつけて、9月開催の敬老会をお楽しみください。

(菅)