

# まるごときんさい

吉舎町 人口の動き  
人口:4,172人(+13人 先月比) 世帯数:1,804世帯  
男:1,917人 女:2,255人 (平成27年4月30日現在)  
( 4月届出新生児 4人 ) 高齢化率 43.3%

敷地自治振興会



## 敷地の青空にたくさんの鯉のぼりが泳ぎました！



敷地自治振興会では4月11日(土)に春恒例の「鯉のぼり」を敷地グラウンドにあげました。  
多くの皆さんが参加して保育所親子が作った可愛い鯉のぼり14匹、赤青黒の大きな鯉のぼり28匹を青い空に泳がせました。  
この日は暖かく、清々しい春風も吹いて鯉のぼりは気持ち良く泳いでいました。  
5月24日迄見ることが出来ます。(大上 清隆)

## 子ども相撲大会 4月12日(日) 敷地良神社「春の例大祭」で、子ども相撲が行われました。





## 徳市自治振興会

### 青空に気持よく泳ぐ鯉のぼり



4月19日(日)徳市を元気にする会の有志13名が、吉舎徳市自治交流センターのグラウンドに鯉のぼりを設置してくださいました。

2本の支柱を繋ぐワイヤーに19匹の鯉のぼりを固定して行きます。

赤・青・緑・黒の鯉が徐々に引き上げられ、ピーンと張ると拍手が沸き上がりました。

昔なつかしいポン菓子作りも行い、童心に帰り、少し早い端午の節句をお祝いしました。

## 徳市お花見会



4月11日(土)午後7時より吉舎徳市自治交流センターで徳市お花見会を開催しました。来賓をはじめ地域住民、総勢40名の参加者が集い、春の一時を楽しみました。

あちこちのテーブルから聞こえるおしゃべりや笑い声、小さな部屋に笑顔がいっぱい咲きほこり、花瓶の中の桜が脇役になってかわいそう。

恒例のビンゴゲームでは、なぜか最高に盛り上がります。いち早くビンゴになっても、景品が当たるとは限らず、はずれクジが出ると皆さん拍手喝采、それを心底楽しんでいきます。

2時間の集い、あつと言う間でしたが桜顔負けのお花見会になりました。(中倉 政子)



## 八幡自治振興会

### 小学校生活のスタート

### 八幡小学校入学式



4月6日(月)八幡小学校入学式が執り行われました。

今年度は6名の新入生があり、校長先生や来賓の方々からお祝いの挨拶を戴き、校長先生から、八幡小学校のキャッチフレーズは、『笑顔 元気 やる気でジャンプ』です。大きな声で返事をする、挨拶をするなどのお話をされ、かわいい一年生たちも大きな声で返事をしていました。

これから多くの事を学んで元気に育てて欲しいと思います。

(野上 清治)



### 南天山城山道整備事業



吉舎自治振興会は、吉舎ロータリークラブの協賛事業として3月15日・29日の2回に亘り、南天山城へ通じる山道や城跡の整備活動を行いました。

この事業は、史跡の輝きを取り戻し、城山を訪れる人が安全に登れて歴史にふれる憩いの場として復活させたいとの思いに協賛し取り組みました。事業展開については多くの地権者の

方々から伐採承諾のご協力を頂き実現することができました。活動は、清正公神社より南天山城へ向かう山道伐採や城跡にあった間伐材の片づけ、急斜面の段取りなどを行うためにチェーンソーや草刈り機・鋏・手鋸などを用いて伐採や刈り払いを進め、枝木をふもとへ運び出すなど久しぶりの山仕事に汗を流しました。

あーとあい・きさの鷲尾館長をはじめ、延べ43人のご協力を頂いて今年度計画とした山道の整備事業を完了しました。実施にあたり皆様ご協力ありがとうございました。

これから新緑の季節を迎えます。整備した南天山城を訪ねてみてください。

(松浦 正法)



### 蒼大君 入学おめでとう



白附蒼大君と担任の福波正祥先生

4月6日(月)三次市立安田小学校に、白附蒼大(そうだい)君が入学しました。ちよつとはにかみやさんのかわいい一年生です。入学式では校長先生の呼びかけに、緊張しながらも「はい！」と元気な声で応えていました。

【ぐんぐん これからの学校生活が楽しみです。楽しく登校し、ぐんぐんのびます。】(「輝け!安田っ子」安田小学校広報紙より抜粋)

上級生9人と仲良く、楽しく学校生活を過ごせたらいいですね。

### 「安田子ども自然ガイド」開催



ウグイスのクイズ出題中

4月28日(火)安田小学校独自で自慢の取り組みである、児童による本年度第1回「安田子ども自然ガイド」が開催されました。

児童たちは、安田地域に自生するイチリンソウ、バイカイカリソウ、オドリコソウなど、これまで授業で学習してきた山野草について、保護者や地域のみなさん、観賞に訪れた人たちに、一生懸命、丁寧に説明をしていました。

訪れた方たちは、かわいいガイドの説明を聞き、とても喜んでおられました。

(溝上 洋)



**中四字自治振興会**

**たけのこ狩り**



中四字自治振興会では、4月29日(祝)に矢井のイ組の竹林で、「たけのこ狩り」を行いました。この竹林は中四字自治振興会の振興部の皆さんが竹を切ったり、草を刈ったりして手入れをし、猪が入らないように電気柵を張って準備をされました。この成果があり猪の被害もなくなりました。

もたくさんあり、皆さん楽しんでおられました。その後、「たけのこめし」と「豚汁」が振る舞われ、梅干しの販売もあつた。産にたけのこを持って帰られました。  
(早川 安明)

**第42回日彰館祖祭記念**

**近県剣道大会の結果**

4月29日(祝) 日彰館高校 於

○小学生の部 (出場47チーム)

優勝

黒瀬剣道教室 (東広島市)

準優勝

東広島剣道クラブ A (東広島市)

○中学男子の部 (出場46チーム)

優勝

雲神会 (島根県松江市)

準優勝

北陽剣道スポーツ少年団 B (島根県出雲市)

○中学女子の部 (出場13チーム)

優勝

塩冶剣道スポーツ少年団 (島根県出雲市)

準優勝

八次中学校 (三次市)

○高校男子の部 (出場38チーム)

優勝

興譲館高校 A (岡山県井原市)

準優勝

興譲館高校 B (岡山県井原市)

○高校女子の部 (出場20チーム)

優勝

興譲館高校 A (岡山県井原市)

準優勝

広島皆実高校 A (広島市)



**美術館あーとあい・きさ**

企画展名 「児玉祥功・堤 和之 初夏を彩る書と水彩二人展」  
とき 5月15日(金)～6月7日(日)  
開館時間 午前10時から午後5時  
休館日: 月曜日

**吉舎歴史民俗資料館**

企画展名 「藁(わら)の文化史」  
開催期間 ～9月30日(水)  
午前10:00～午後5:00  
休館日: 月曜日 (ただし祝日は開館)



**日彰館同窓会総会**  
4月26日(日) 吉舎生涯学習センターにおいて日彰館同窓会総会が、来賓をはじめ多くの同窓生参加の中、開催されました。  
総会後の懇親会では各支部の代表によるスピーチなど、懐かしい顔とともに有意義な時間を過ごされていました。  
(畑中 浩幸)

**きさ まるごと日程表 2015年5月24日～2015年6月14日**

5月24日(日) 9:00～	安田区民・小学校・保育所大運動会 (雨天の場合は安田小学校体育館)	安田小学校グラウンド
5月24日(日) 9:00～	敷地区民大運動会 (雨天の場合は敷地体育館)	敷地グラウンド
5月24日(日) 9:00～	八幡地区大運動会 (雨天の場合は八幡小学校体育館)	八幡小学校グラウンド
5月24日(日) 9:00～	中四字区民運動会 (雨天の場合は中止)	吉舎小学校グラウンド
5月27日(水)	チャレンジデー2015 in 三次 15分以上の運動を!	三次市内全域
5月31日(日) 9:00～	吉舎徳市自治交流センター清掃	吉舎徳市自治交流センター
6月 6日(土)	第4回チャリティ吉舎カラオケ交流会 (自治連後援)	吉舎生涯学習センター
6月 7日(日)	安田区民一斉清掃	安田地区
6月 7日(日) 8:30～	八幡地区ふれあいグラウンドゴルフ	八幡小学校グラウンド
6月13日(土) 19:00～	敷地ホテル祭(雨天の場合は中止)	敷地片野力組集会所
6月14日(日) 9:00～	徳市運動会	吉舎徳市自治交流センター

# きさ楽生塾 受講生 募集

今年もいろいろな講演会を企画し、また、新しいクラブも加えて、講演会・クラブ活動も同日で実施し、参加者の皆さまに一日を通して楽しい時間を過ごしていただけるよう企画しています。多くの皆さまのお申込みをお待ちしております。

- ◆主会場 吉舎生涯学習センター
- ◆対象 吉舎町に在住、もしくは勤務されている方
- ◆受講料 2,000円（全講座）※クラブ活動での教材費等は別途必要
- ◆募集人員 60名程度
- ◆申込方法 希望するクラブを選び、申込書に必要事項を記入して吉舎町自治振興連合会（吉舎生涯学習センター内）に提出していただくか、電話またはFAXでお申し込みください。
- ◆申込期限 平成27年5月29日（金）
- ◆申込・問合わせ 吉舎町自治振興連合会事務局 電話・FAX 43-7272

## 講演会予定

- 6月26日（金） 三次市が舞台の映画「いさなとり」上映 監督：藤川史人さん
- 7月24日（金） 「交通安全教室」 三次警察・三次市交通安全協議会
- 9月25日（金） 「吉舎町のこれから」（仮） 三次市 増田和俊市長講演
- 10月23日（金） 「健康よもやまばなしパート2」  
永谷洋理子さん（健康運動指導士、介護支援専門員）
- 11月27日（金） 「三次と浅野藩」 米丸嘉一さん（三次地方史研究会顧問）

### ◆クラブ活動（次からお選びください）

①茶道クラブ…奥田先生	④郷土史クラブ
②パソコンクラブ・PCコアシステム	⑤生け花クラブ（新規）池坊・豊原先生
③スポーツ吹矢クラブ・曾根先生	⑥手芸クラブ…真野先生

（昨年度同様第4金曜日に午前中講演会、午後クラブ活動の予定です）

きりとり

## きさ楽生塾受講生申込書

申込み日 月 日

○希望するクラブ

第一希望

第二希望

住所：〒729-42

三次市吉舎町

氏名：

電話番号：0824-43-

※人数の関係上、クラブ活動が第一希望にならないことがあります。





## チャレンジデー

### 三次市 対 逗子市ずしし(神奈川県)



# 5月27日 (水) 深夜0時~夜9時

### チャレンジデーとは？

### 会場：市内全域

家庭、地域、職場、学校など、どこでも参加できます。  
15分以上の散歩、徒歩・自転車での通勤・通学、しっかり体を動かした掃除・ゴミ拾い、草刈りや農作業の合間の軽いストレッチ等も対象になります。

自治体ごとに「15分以上継続」した運動やスポーツを行った(参加した)人数を集計し、その参加率(参加人数 ÷ 人口で算出)で競うものです。今回の対戦相手は、神奈川県逗子市です！ ※人口規模により決まります。

**運動をされたら、当日の夜9時までに三次市吉舎支所までご報告ください。(☎43-3111)**



## 吉舎町内でのメニュー紹介



### ♥ オープニングイベント

「ぐるりん」の出発式や体操を行います。

時間：午前9時30分～9時50分

場所：吉舎生涯学習センター前

まめまめ隊も  
頑張るよ～！

### ♥ チャレンジデーぐるりん吉舎町

保健師と一緒に体操を！お近くの会場へどうぞ。  
60歳以上の方は、元気づくり応援カードスタンプを押印。

時間	場所 (各会場30分程度)
午前10時00分	中四字コミュニティセンター
10時45分	敷地コミュニティセンター
11時40分	安田コミュニティセンター
午後 1時15分	吉舎徳市自治交流センター
2時00分	八幡コミュニティセンター
3時00分	吉舎コミュニティセンター

【お問合せ先】三次市吉舎支所 ☎43-3111



### ♥ 親子で楽しいエクササイズ！

親子ふれあい体操や育児相談、交流などを行います。

講師：毛木 瑞穂(運動インストラクター)

時間：午前10時30分～11時30分

場所：吉舎保健センター 和室

【お問合せ先】三次市社会福祉協議会吉舎支所  
☎43-3301

### ♥ みんなで夕暮れウォーキング

準備・体操などの後、馬洗川沿いを歩きます。

60歳以上の方は、元気づくり応援カードスタンプを押印。

時間：午後4時～5時

集合：吉舎生涯学習センター前の広場

※雨天の場合はホールを歩きます。

【お問合せ先】吉舎町自治振興連合会 ☎43-7272

### ♥ スポーツ吹矢体験会

心肺機能の向上やストレス解消にも効果のあるスポーツ吹矢を体験できます。時間内ならいつでもOK！

時間：午前9時30分～11時30分

場所：吉舎保健センター ホール

【協力】吉舎スポーツ吹矢同好会

【お問合せ先】三次市吉舎支所 ☎43-3111

### ♥ トレーニングマシン無料開放

初心者の方は、午前10時～12時、午後1時～3時の間に指導を受けてから利用してください。

【場所・お問合せ先】三次市社会福祉協議会吉舎支所  
☎43-3301

### ♥ 元気はつらつラジオ体操

チャレンジデー特別バージョン

防災無線で3回放送します。一緒に体操してみてください。

放送時間：朝6時30分、昼12時5分、夜7時30分

体操されたらお電話を。三次市吉舎支所 ☎43-3111まで。  
それ以外のメニューは、その会場でカウントされます。

### 元気づくり応援カードとは

「元気応援ポイント事業」に参加し、皆さんの仲間づくり元気づくりを応援するものです。

- ・実施期間：チャレンジデーから11月30日まで
- ・対象の方：60才以上の方
- ・5ポイントたまったら応募箱に投函
- ・抽選で「おでかけ利用券」「運動グッズ」が当たります

### 歩いて健康！後鳥羽上皇 隠岐への旅

普段の歩数を万歩計などで計測し、1万歩又は6.5Km歩くごとに旅記録票の○(マル)を1つ塗りつぶして行きます。

京都をスタートして、ゴールの隠岐の島をめざして記録していきましょう！チャレンジデーから記録票をお配りします。

全長650kmの旅をお楽しみください。

団体紹介

地域包括支援センターみよし

地域包括支援センターみよしは、吉舎町高齢者・児童等支援連絡会議のメンバーに加わり吉舎町のまちづくりと一緒に考えています。

この度、4月1日より事務所を三次市福祉保健センター内に移転し、業務の内容も拡大し相談支援体制を充実しました。

1階には、地域包括支援センターの高齢者の健康や生活支援の相談、権利擁護、地域づくり等を担当する部門と、障害者の方の総合的な相談、自立支援を担当する障害者支援センター、新しく設置された生活困窮の方の相談、自立支援を担当する生活サポートセンター、市の福祉総合相談支援係があり、ワンストップでの相談支援を行っています。

3階には、要支援1、2の方の介護予防プランを作成する介護予防プランセンターがあります。

いきいきと安心して暮らし続けることができるまち「みよし」を目指して、一生懸命頑張りますのでよろしくお願ひします。

住所・電話番号等については次のとおりです。

〒728-0013

三次市十日市東三丁目14番1号

(三次市福祉保健センター内)  
1階 ◎地域包括支援センター

☎65-11146(総合相談等)

◎障害者支援センター

☎65-11131

◎生活サポートセンター

☎65-11180

3階 ◎介護予防プランセンター

☎65-11144

ほっこりスポット

いいとこみつけた!

【ほっこり懐かし風景 平田の『かかし』】  
田園風景の中、ほっこりとたたずむ案山子(かかし)が温かく出迎えてくれました。

二こは、上安田の平田地区です。  
農作業をする婦人の後ろ姿に、昭和の懐かしい哀愁がただよっています。

豊作を願って牛を引いたり、子どもたちが魚つりやいたずらをしてはしゃいでいる姿。

「いや〜あ。本物が人形が見分けがつかないよ。すごいね〜」

ちよつと声をかけたくなるような、一緒にまじりたくなるような光景です。

心の隙間が、ほっこりとした気持ちで癒されます。

みなさん、ぜひ行ってみてくださいね。



この中に一人だけ本物の人物が。。。わかりますか？  
あとは全てかかしです。

次々新しいかかしがデビューするだけでなく、季節によって少しずつ変化。一年中楽しめるスポットです。



こんにちは 吉舎図書館です

◆新着図書案内 (3月21日～4月20日受入分)

- 【一般書】  
今、この本を子どもの手に 東京子ども図書館／編 (図書目録)  
幸せに生きるひとりの法則 江原 啓之／著 (生き方)  
シニアの体にいい節約レシピ 岩崎 啓子／料理 (料理)  
とめはねっ 河合 克敏／著 (コミック)  
居酒屋ぼったくり1～3 加藤 廣／著 (小説)  
火花 又吉 直樹／著 (小説)  
大人の男の遊び方 伊集院 静／著 (エッセイ) など35冊

- 【児童書】  
未知動物の事件ファイル 並木 伸一郎／著 (どうぶつ)  
栄養素キャラクター図鑑 田中 明／監修 (けんこう)  
しんかんせんいま・むかし もちだ あきとし／ぶん (てつどう)  
しつぱげん おくはらゆめ／作 (えほん)  
タオルケットのタオくん 新沢 としひこ／脚本 (かみしばい)  
ねねねのねこ 北村 裕花／絵 (えほん) など52冊

貸出中の場合は予約もできます。どうぞご利用ください。

◆移動図書館車 “ころぶっくる号”

- 5月12日、6月9日 吉舎保健センター・八幡小学校・徳市自治交流センター・吉舎小学校  
5月28日 カイハラ・安田小学校・吉舎保健センター・吉舎保育所  
※訪問時刻は無線放送でお知らせします。 ※ご利用は、すべて無料です。

貸出カードで簡単に貸出できます。まだ貸出カードをお持ちでない方は、訪問日に登録します。印鑑・免許証など、本人を確認できるものをお持ちください。



★ おはなし広場 ★

とき 6月6日(土)  
午前10時30分～11時  
テーマ あめふり あめふり



◆今月のひとこと

「高校に進学してお弁当が始まり初めてキャラ弁を見たときは『あ…本当にやるんだ…』という感想でした。友だちはみんなすごい！可愛い！って言いましたが私は可愛いなんて思いませんでした。嫌がらせて言うたけど作るのが楽しかったんでしょ？きっと(笑)。でも、どんな時でも出合いのものでなく、手作りだったのはすごいと思っています。そして、卒業して『キャラ弁』がなくなるのは嬉しいですが『お弁当』がなくなってしまうのは悲しい気もします。」  
「今日も嫌がらせ弁当 ～反抗期ムスメに向けたキャラ弁ママの逆襲～」 ttkk(kaori)／著

◆本よむ姿の写真展、

好評開催中!

On reading(オンリーディング)をキーワードに、寄せられた写真を展示。思わず微笑む、素敵な瞬間を、この機会にご覧ください。5月28日(木)まで。

ピラティス教室「レモンバーム」会員募集中!

【お問合せ・お申込み先】吉舎図書館 ☎43-4513  
ストレッチ+インナーマッスルトレーニングで、日頃の疲れやストレスを和らげリフレッシュ! 場所 吉舎保健センター  
日程 第1・3水曜日19時～20時(年間24回・変更の場合あり) 月謝会員 1000円/月 ビジター会員700円/回

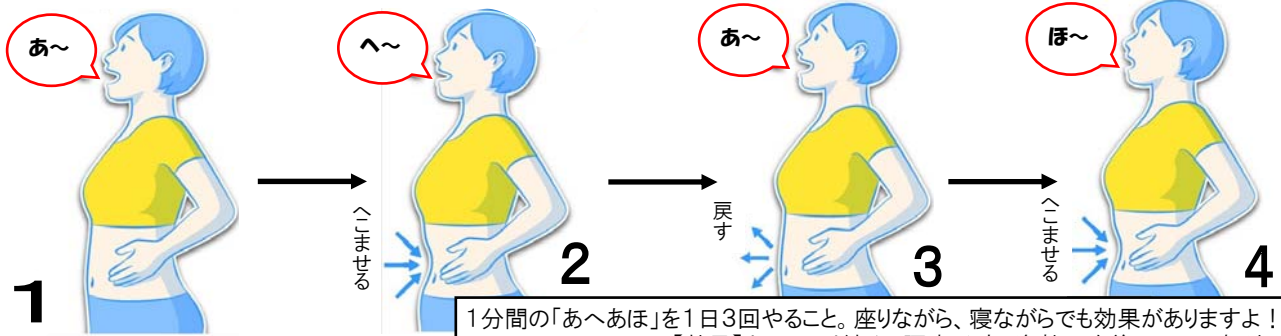


# ✿ 手軽におなか引き締め！

「あへあほ」かけ声に合わせ腹筋体操

ジョギングやウォーキングは長続きしない。激しい運動もやりたくない。でも、年々緩んでくるおなか回りは気になる。

そんな方々のために、楽しく腹筋を引き締める「あへあほ」体操をご紹介します^^



1分間の「あへあほ」を1日3回やること。座りながら、寝ながらでも効果がありますよ！！  
【効果】ウエスト引締め、腰痛予防、姿勢の改善、ストレス解消 など

## ✿ 健診申し込み受付中！！

### ～総合健診～

吉舎会場は、**9月10日(木)・11日(金)**

電話でもお申し込みできます。

※健診日の3週間前まで

### ～脳ドック、人間ドック～

**5月29日(金) 締切り**

※「健診のしおり」の申込書を提出してください。

三次市国民健康保険加入者は、次の検査項目が無料です。

- ・基本健康診査（特定健診）
- ・歯科健診（人数制限あり）
- ・特定保健診査

※申し込み先や料金などの詳しい内容は、今月の「広報みよし」とともにお配りした「平成27年度健診のしおり」をご覧ください。

健康づくりは **まず健診から**  
年に**1回は健診を！！**



### 【スローガン】

受けよう健康診査 **がん検診！**  
自分の身体を知ろう！  
生活習慣改善に取り組もう！

**敷地内全面禁煙！**  
【3月1日から実施しています】

健康増進法第25条の定めにより、受動喫煙を防ぐため、三次市役所及び支所等の施設内および駐車場等の敷地内すべての禁煙を実施しています。皆様のご理解とご協力をお願いします。

**犬・猫の引取り**  
「広島県動物愛護センター（三原市）」の窓口での引取りのみです。  
広島県動物愛護センター  
☎(0848) 86-6511

三次市社会福祉協議会吉舎支所 ☎43-3301

◎閉館時は、市役所吉舎支所の宿直室でカギを受取りご利用ください。

◎マシン巡回指導日：金曜日  
9時30分から11時30分まで

◎マシニングマシンの利用  
毎日8時30分～22時まで利用可能。  
場所 吉舎保健センター  
10時25分～16時が利用できない日  
5月28日  
12時～16時が利用できない日  
5月18日、6月1・3・8・10日

し尿くみ取り  
2トンス車  
「くみ取り日」6月1日（月）  
4トンス車  
「くみ取り日」毎週月曜日・火曜日  
申込先  
三次市吉舎支所 ☎43-3111  
※毎週金曜日の午後3時までに

## なかよし広場

子育て支援センターの出前広場を開催します。保育所入所前の子どもさんとおうちの方対象です。

とき：**6月2日(火) 10時～11時30分**

内容：「親子遊び等」 会場：吉舎保健センター  
お問合せ：三良坂地域子育て支援センター  
「みつばち」☎44-2136

## 子育てほっとサロン

とき：**5月21日(木) 10時～12時**

内容：竹の子と背くらべ  
会場：吉舎保健センター 会費 200円

吉舎地域母子保健推進員

## おひさまくらぶ (吉舎保育所開放)

親子で保育所の雰囲気を楽しんでください。

とき：**6月17日(水) 10時15分～11時15分**

内容：「すなばで遊ぼう！」

場所：吉舎保育所

お問合せ：吉舎保育所 ☎43-2522

## 育児サークル たんぽぽ

とき：**5月20日(水) 10時～12時**

内容：「自己紹介カードをつくろう」  
会場：吉舎保健センター 会費 200円程度

お問合せ：三次市吉舎支所 ☎43-3111