



# 令和5年 5月の行事予定



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	金物ごみ・粗大ごみ	たんぼぼ	憲法記念日	みどりの日	こどもの日 川柳教室 誌上句会	書道教室
7	8	9	10	11	12	13
	舞踊教室 レクダンス教室	たんぼぼ	◎缶類、その他プラ ヨガ教室	気功教室 百歳体操	一日民生委員の日 大正琴教室	
14	15	16	17	18	19	20
母の日 まごころ市山 総会	有害ガラス陶器 ごみ ボールエクサ サイズ教室	たんぼぼ	◎ビン類 スキルアップ の会			まごころ市
21	22	23	24	25	26	27
クリーン桜江	燃やせる粗大ごみ 舞踊教室 市民と語る会 (江津市議会)	たんぼぼ	◎プラ類 買い物バス試 験運行日	気功教室 百歳体操	大正琴教室	健康ウォー キング
28	29	30	31	今回の重点是『歩行者の安全確保』『自転車のヘルメット着用』などです。例年通り街頭指導を行いますのでご協力をお願いします。年々交通事故数は減ってきているようですが、交通事故ゼロを目指し安全運転・安全歩行を心がけましょう。 市山交通安全対策協議会長		
	ふりきゅうクラ ブ	たんぼぼ	◎紙類			

## 《お知らせ》

- \*5/11~20 春の全国交通安全運動期間
- \*5/22(月)市民と語る会(10時~)安心して住み続けられる市山について語り合い一緒に考えましょう。どなたでも参加いただけます。詳しくは回覧をご覧ください。
- \*5/24(水)買い物バス試験運行日 申し込み締め切り5/15 詳しくはチラシをご覧ください。
- \*5/27(土)小学生玉江大会 中止だった場合はふりきゅうクラブも中止です。
- \*5/27~6/18 再興第107回院展(今井美術館)



## 市山地域の動向2023.3月末 (前月との比較)

世帯数： 280戸 (-2戸)  
 人口： 男 279人 (-1人)  
       女 342人 (-5人)  
       計 621人 (-6人)  
 高齢化率： 41.55% (-0.08%)

# ふれあい通信 Vol.84

2023年 5月

【発行・編集】まごころ市山 総務部：事務局：市山地域コミュニティ交流センター ☎92-1508



ふるさと祭り『田植えばやし』の練習頑張ってます。4月30日どうぞご来場を!!

## 令和5年度まごころ市山定期総会近づく!!

今年度は3年ぶりに交流センターで総会を行います。役員改選の年ですので新役員の選任や、市山地域コミュニティ協議会名を『まごころ市山』としていますが、わかりにくいという意見があり総会で名前の変更についても協議します。

今年度から、市山地域全体の意見を聞き協力を得るため、各地区組長さんを総会へご案内する事になりました。組長さんへの案内はふれあい通信5月号の配布に合わせて届けますのでご多用とは思いますが出席のほどよろしくお願いいたします。

## 自治会長さん交代のお知らせ

今田 山中愛三さんから佐々木孝徳さんへ  
 旧自治会長様お世話になりました。今後ご協力をお願いします。新自治会長様色々お世話になります。よろしくお祈りします。

## 交流センターグランド清掃のお願い

6月 今田自治会  
 8月 江尾自治会  
 10月 本町小一山自治会



## 令和4年度 おもな活動実績

- \*お助け隊~依頼数11件
- \*防災関係会議~研修2回実施
- \*交通安全~街頭指導、啓発活動
- \*ふれあいの居場所『たんぼぼ』  
毎週火曜日の午前~毎回20~25名参加
- \*まごころ市~11回
- \*ごぼう茶づくり  
第1回:普サイズ399袋・大サイズ52袋  
第2回:普サイズ 77袋・大サイズ83袋
- \*高齢者の見守り  
各地区百歳体操・各地区サロン会  
健康づくりの活動・ボランティア訪問  
にこにこ弁当等
- \*技を伝える~しめ縄・ミニ門松づくり作り
- \*生涯スポーツ~気功教室・各教室
- \*生涯学習~人権講座・各教室
- \*子どもの体験活動~ふりきゅうクラブ6回
- \*参加しやすい行事  
とんど焼き 当日参加約100名
- \*関連行事  
千丈溪関連事業  
さくらライトアップイベント約200名  
たくさんの方にお世話になりました。  
今年度もよろしくお願いいたします。

# 地域の出来事

4/11 令和5年度入学式



新しい生活に早く慣れ、充実した楽しい学校生活を送られますように。

## 桜江中学校

新入生17名が入学されました。  
【市山地区5名】

## 桜江小学校

新入生7名が入学されました。  
【市山地区2名】



4/4 令和5年度 さくらえ保育園入園式

可愛らしい3名のお子さんが入園されました。  
【市山地区1名】



おめでとうございます♡

## こんにちは食改です パート20 ~M.Mさんのお勧めレシピ~

### ~もやしとサバみそ煮缶のあえ物~

#### 【2人分材料】

- もやし.....1/2袋
- サバみそ煮缶.....1/2缶
- A { 酢.....小さじ2
- 塩・こしょう.....少々
- すりごま.....小さじ1

#### 【作り方】

- ①もやしを熱湯でさっとゆでてザルにあげる
- ②サバ缶の汁気を軽く切り、あらくほぐす
- ③もやし、さば、Aを加えてあえる
- ④色々な野菜を添えてもりつける

サバ缶でタンパク質とうま味がアップされ簡単・美味しい一品です。サバみそ煮缶は、ふるさと祭りビンゴゲーム賞品にもあります◎当たったら是非作ってみてください。



江津食育ホームページ

## 各教室

# ご案内

ご自由に見学・参加してみてください。新しくやってみたいこと等ありましたらご連絡ください。

### ◆3B 体操教室

第1月曜日 9:30~10:30(ない月があります)  
講師:中寺美保子さん お世話:健康づくり推進会

### ◆大正琴教室

毎月 第2・第4金曜日 13:00~15:00  
代表:田原のり子さん

### ◆健康ウォーキング

毎月 第4土曜日 7:30~8:30  
お世話:健康づくり推進会

### ◆気功教室

毎月 第2・第4木曜日 10:00~11:30  
講師:岡本一明さん 代表:応儀仁子さん

### ◆川柳教室(川戸)~さくらえ番傘大橋川柳会

毎月 第1金曜日 13:30~15:00  
講師:内田厚子さん(松江) 代表:渡辺康乃さん

### ◆書道教室~市山五風会

毎月 第2土曜日 16:00~18:00  
講師:植田睦水さん 代表:渡辺克修さん

### ◆百歳体操教室

毎月 第2・第4木曜日 13:30~14:30  
代表:森下寒三さん(健康福祉部)

### ◆ポールエクササイズ教室

毎月 第3月曜日 10:00~11:30  
講師:林理恵子さん お世話:健康づくり推進会

### ◆ヨガ教室

毎月 第1水曜日 9:30~11:00  
講師:佐々木鮎美さん 代表:長谷川真由美さん

### ◆レクダンス教室

毎月 第2月曜日 10:00~11:30  
講師:早弓三津恵さん 代表:佐々木重子さん

### ◆舞踊教室~市山「花の会」

毎月 第2・第4月曜日 10:00~12:00  
講師:藤蔭公貴代(右田貴代子)さん  
代表:山中一枝さん

### ◆スキルアップの会

毎月 第2水曜日 9:30~11:30  
代表:湯浅万知子さん



## 今月の川柳(五月版)

ふきのとう春の香りを連れて来た  
春が来るろう梅が咲き夢も咲く  
木の葉っぱ数え笑いが止まらない  
掛軸の布袋さん呼ぶ笑みの春  
チコちゃんの最後は変顔決まりです  
孫に勝つ変顔だけは自信ある  
挨拶はこぼれる笑顔持ちがいい  
おみそ汁こぼれるくらい味がいい  
山茶花のこぼれる道で一句詠む  
スマホでも儂のソクリわかるまい  
断捨離も気合いを入れるもう八十路  
寒さにはカイロを入れるもう八十路  
五分だけ進めたいわあう八十路  
腹立てて受話器取らない方がいい

佐高橋久美子  
渡辺美枝  
山形孝子  
渡辺ゆうき  
東千枝子  
湯浅登志恵  
森下博文  
服部五月  
湯浅志津子  
溝野巴  
松野竹代  
井下アキヨ

## お礼

### 【香典返し】

江尾 長谷川輝子様  
故 長谷川禮一様

『まごころ市山』にご厚志を頂きました。ご冥福をお祈りするとともにお礼申し上げます。

### 【奉仕作業】

4月23日(日)婦人会の方が、センター周辺の草取りや片づけをしてくださいました。きれいな庭でふるさと祭りが迎えられます。ありがとうございました。

