

令和6年度 川越まちづくり協議会総会を行いました

5月2日(金)、川越交流センターにおいて、令和6年度まちづくり協議会の総会が開催されました。事務局より出席者数、委任状の報告があり、議長に岩崎淳之介さんを選任し審議に入りました。協議事項議案の令和6年度事業報告及び決算報告・監査報告、令和7年度事業計画(案)及び予算(案)は、原案どおり全て可決されましたので、ご報告いたします。

今年度も協議会活動に地域の皆様のご理解とご協力を賜りますようよろしくお願い申し上げます。

※川越まちづくり協議会 令和6年度決算報告並びに令和7年度予算について別紙に掲載しておりますので、ご覧ください。



第221号
令和7年
6月発行
発行・編集
川越まちづくり
協議会
TEL 93-0825
(通算408号)

川越地区人口
(R7.4月末現在)
男性 203人(-2)
女性 226人(-3)
計 429人(-5)
世帯数 238(-1)
65歳以上人口
男性 113人(±0)
女性 128人(+1)
計 241人(+1)
高齢化率
56.18%

【令和7年度 事業計画】

地域振興部

- ・買い物支援対策
- ・地域交流活動の推進(コンサートほか)

健康福祉部

- ・住民の健康とスポーツ活動の推進(百歳体操ほか)
- ・助け合う地域づくり(サロン事業)

教育文化部

- ・子育て支援と地域教育の推進(とんど祭り、しめ縄づくり、読書会ほか)
- ・歴史や文化の伝承(世代間交流ウォーキング、クッキング、グラウンドゴルフ)

環境整備部

- ・道路周辺の美化推進(生活関連道路の草刈り、花いっぱい運動)

- ・自然環境の保全推進(ゴキブリ団子づくりほか)

防災安全部

- ・防災活動の推進(自主防災研修、訓練ほか)
- ・交通安全、防犯活動の推進

川越スポーツ協会代議員会が行われました

去る5月9日(金)、川越交流センターにおいて令和7年度 川越スポーツ協会代議員会が開催され、議題の6年度の事業報告・収支報告及び令和7年度の事業計画(案)・収支予算(案)が可決されました。

【今後の事業計画】

- | | |
|-----------------------------|-------------------------|
| 6/1 桜江町ソフトボール大会(桜江小グラウンド) | 11/3 川越地区球技大会 |
| 6/15 桜江町バレーボール大会(B&G体育館) | 11/16 桜江町駅伝大会(町内) |
| 7/6 桜江町グラウンドゴルフ大会(桜江小グラウンド) | 1/10 走り初め会(B&G周辺) |
| 10/13 市民スポーツフェスティバル(江津中央公園) | 2/1 桜江町卓球大会(B&G体育館) |
| 10/18 桜江町テニス大会(風の国) | 2/8 桜江町バドミントン大会(B&G体育館) |
| 12/7 浜田-益田間駅伝競走大会(しおかぜ駅伝) | |

「市民と議員の語る会」

5月11日(日)、「市民と議員の語る会」が開催されました。参加者は川越地域から17名、市議会から8名 計25名でした。

最初に地域医療対策特別委員会から地域医療の現状として、江津市では医師不足が深刻化してきているが、近隣の病院を見ると江津市が含まれる浜田医療圏域内では減り続けている訳ではなく、むしろ医師が増加していて地方の医師不足は医師の偏在で困難に直面していること、また近隣地域では市民で作る団体が地域医療を支えているという報告がありました。その後、語る会のテーマ「地域みんなで考えるわたしたちの医療のこれから」について4グループに分かれ討議し、様々な意見が出ていました。

今後、この語る会の意見等が反映され、江津市の医療の医師不足が少しでも緩和されることを期待します。

参加いただいた地域の皆様、有難うございました。



◀ 一日民生委員を実施しました ▶

5月14日(水) 桜江地区民生児童委員協議会では、「一日民生委員」を実施しました。

川越地区では、一日民生委員に横田美智子さん(坂本自治会長代理)が任命され、訪問予定の反田ミエコさん(大貫)宅へ地区の民生委員の皆さんと伺いました。

毎週1回のデイサービスを利用され、普段は一人で生活されています。5年前に訪問した時のこともしっかりと覚えておられました。

体調に気を付けていつまでもお元気でお過ごし下さい。



==== 救急救命講習会 開催のお知らせ ====

防災安全部事業

開催日時: 令和7年6月22日(日) 午前9時~

開催場所: 川越交流センター 多目的ホール

どなたでも
参加できます

◀内容▶

- *消火器の使用方法 *心配蘇生法・AEDの使用方法等

◀目的▶

- ・多様化する災害に備えるために家庭等における防火・防災・減災対策の普段からの心構えなどを学習。
- ・命を救う救急法を身につける。

※当日は、江津市の出前講座を活用し、江津消防署の方にご指導いただきます。
主催:川越まちづくり協議会 防災安全部

生きいき手帳を活用して
フレイルを予防しよう! ~ごうついきいきチャレンジ~

対象:65歳以上

■期間 令和7年5月1日(木)から令和8年3月31日(火)まで
■チャレンジ手順 測定・改善(栄養&口腔)・改善(運動&社会参加)からそれぞれ1コース、合計3コースを選んで、1か月間チャレンジする

■コース概要

コース名とコース名	達成基準	コース内容	ポイント	記録票記入方法
①体重チェック	20日以上	毎日同じ条件で決まった時間に体重を測定し、記録する。	21P	体重を記入
②血圧チェック	20日以上	毎日朝と夕または寝る前の2回、血圧を測定し、記録する。	20P	血圧を記入
③歩数チェック	20日以上	毎日歩数を測定し、記録する。	44P 79P	歩数を記入
④欠かさずたんぱく	20日以上	1日3回食事をとり、毎食たんぱく質性食品を食べる。	46P	食べた食事に○
⑤主食・主菜・副菜	20日以上	1日3回の食事のうち、2回以上は主食・主菜・副菜をそろえて食べる。	45P	そろった食事に○
⑥こまめに水分	20日以上	1日3回の食事にあわせて、コップ1杯のお茶または水を飲む。	65P	飲んだ食事に○
⑦えんげ体操	20日以上	食事の前に1日1回以上はえんげ体操を行う。	55P 56P	体操した食事に○
⑧ストレッチ	20日以上	1日3セット、5種類のストレッチを行う。	77P	実施した日に○
⑨筋力アップ	20日以上	1日3セット、上級または中級の筋力運動を行う。	78P	実施した日に○
⑩ステップ運動	20日以上	1日3-10分、ステップ運動を行う。	79P	実施した日に○
⑪外に出かけよう	週3日以上	1週間に3日以上は外出する。	44P	外出した日に○

※運動前や運動中に体調が悪くなった場合は、運動を中止してください。
※慢性疾患のある方は、かかりつけ医と必ず相談してください。

賞
3コースに1か月間取り組み、そのうち2コース以上達成した方には、介護予防ポイントシール1枚進呈
※シール交換を希望される方は、江津市役所健康医療対策課へ記録票を提出してください。
※令和7年4月分を提出された方にも介護予防ポイントシール1枚進呈します!

【記録票】各地域コミュニティ交流センター・江津市役所健康医療対策課、桜江支所にあります。
※ホームページよりダウンロードもできます。各自コピーしてお使いください。

個人情報について
1. 提出いただいた記録票に記載の個人情報は、健康づくりのための保健事業以外の目的には一切使用いたしません。
2. 記録票に記載の情報は、責任を持って厳密に管理いたします。

【お問い合わせ】江津市役所健康医療対策課 TEL0855-52-7935

いつまでも健康に暮らし続けるために、フレイル予防をすることが大切です。
「フレイル」とは・・・
介護が必要となる手前の虚弱の状態のことをいいます。

「ごうついきいきチャレンジ」は、生きいき手帳を活用し、身体能力の維持・改善に取り組み、フレイル予防に繋げていくことを目的としています。
川越の皆さんも毎日チャレンジしてみましょう!!
※記録用紙はセンターにあります。

第106回定例・第48回松林杯
川越グラウンドゴルフ競技会の結果

開催日時: 5月18日(日)
開催場所: 川越地区体育館グラウンド
参加者数: 15名

成績(3ラウンドトータル) (敬称 略)

優勝 伊達 正博 49打 (HO 3)
準優勝 小笠原 弘 52打 (HO 2)
第3位 田中 嘉雄 53打 (HO 1)
第4位 中曾 和雄 55打 (HO 1)
第5位 田中富士子 55打 (HO 1)

良好なグラウンドコンディションに恵まれ、ホールインワン3個の方2名を始め、トータル12名で17個のホールインワンが出るなど記憶にないほどのハイレベルな競技会となりました。

情報提供: 川越グラウンドゴルフ 加藤 哲さん



ふれあいサロン活動報告

鹿賀ワーカー
5月21日(木)10:00~13:00 鹿賀会館にてふれあいサロンを行いました。
参加者は11名、今回は軽スポーツを行いみんなの大好きなクオリティーゲームを何回も何回も楽しみました。このゲームは一発逆転があり、今回も残念がったり、喜んだりで大笑でした。このゲーム機は発足当初(平成5年)頃に購入したもので30年余り使い、大変有難く感謝です。
また今回は仲間の方から手作りまきのプレゼントがあり、おやつに美味しく頂きました。そしてお昼は、カレーライス、シーチキン入り野菜サラダ、デザートにプリンとお腹も心もいっぱいになりました。
最後は恒例の幸せのワルツを唄い、散会しました。



梅雨の時期がやってきました。災害はいつ起こるかわかりません。また複数の災害が同時に発生する場合があります。いざ避難という時に慌てないよう「いつ」「どう行動するか」を考えておきましょう。

災害時の避難のためにできる事前の備え

周辺地域の危険度	避難場所	避難ルート	連絡先
まずはハザードマップを見てみましょう。各市町村で作成しています。	避難所に行くことだけが避難ではありません。安全を確認できる場所を確認しましょう。災害の種類ごとに複数の避難先を決めておくことで安心できます。	避難先までの経路を確認しましょう。危険箇所を避けて安全に通れる道を選びます。また、避難先まで実際に歩いておくことも大切です。	家族や知人、頼りにできる方などの連絡先を確認しておきましょう。

奥内市町村ハザードマップ

- ◎携帯ラジオ・・・災害時の情報収集のために!
- ◎非常用持出品を準備する(必要最低限のものを直ぐに取り出せる場所で保管)
- ◎家庭内備蓄品を確認する(水や食料や日用品を約1週間分)

警戒レベル4避難指示までに必ず避難を!!

警戒レベル	避難情報等
警戒レベル5 命の危険 直ちに安全確保!	緊急安全確保(市町村が発令) 既に災害が発生又は切迫している状況です。命が危険ですので、直ちに身の安全を確保しましょう。
警戒レベル4 危険な場所から 全員避難	避難指示(市町村が発令) 災害が発生する危険が高まっています。速やかに危険な場所から避難先へ避難しましょう。
警戒レベル3 危険な場所から 高齢者等は避難	高齢者等避難(市町村が発令) 避難に時間を要する人(高齢の方、障がいのある方、乳幼児等)とその支援者は危険な場所から避難をしましょう。その他の人は、避難の準備を整えましょう。
警戒レベル2	洪水注意報・大雨注意報等(気象庁が発表) 避難に備え、ハザードマップ等により、自らの避難行動を確認しましょう。
警戒レベル1	早期注意情報(気象庁が発表) 災害への心構えを高めましょう。

※1 市町村が災害の状況を確実に把握できるものではない等の理由から、警戒レベル5は必ず発令される情報ではありません。
※2 警戒レベル3は、高齢者等以外の人も必要に応じ普段の行動を見合わせ始めたり、避難の準備をしたり、危険を感じたら自主的に避難するタイミングです。

私の好きな句
泣かされる花粉症にもワサビにも 高橋久美子
大丈夫若き看護師笑顔くれ 平田千恵子
ここは我慢きつと良くなる日も来るよ 小松 健治
笑い皺楽しい過去の置きみやげ 高橋 麗子
引越して知り合い増えてくるご縁 山藤 照恵
誉め言葉言って欲しいな何度でも 横田美智子
頼る役若手に任せ楽になり 小笠原かおる
毎日に返す言葉はありがとう 左右田千代子
旅立ちの別れ惜しんで桜舞う 佐藤 泰子
まだ生きる三度のメシのうまい事 横田 純枝
過去は過去生きる明日の飯を炊く 尾原美和子

六月の川柳句会のご案内
日時 六月 六日(金)
午後一時半
場所 川越交流センター
《課題》 雨、六月、塩、丸、揺れる
つれづれ(各二句)

再興第109回 院展
開催中(~6/15)

The 109th Exhibition of the Japan Art Institute



再興第109回
院展
会期 | 2025年
5.24(土) 6.15(日) 会期中無休
開催場所: 今井美術館

30	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	13	11	9	6	5	2	1			
月	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	金	水	月	金	木	月	日			
百歳体操 午後1時半~	絵画クラブ 午前10時~	百歳体操 午後1時半~	救命講習会 午前9時~	教育文化部会 午後1時半~	大正琴の会 午前10時~ ゴキブリ団子づくり(婦人会・環境整備部)	鳥取県民生委員視察(川越交流センター)	ポールエフサイズ 午前9時45分	銭太鼓練習 午前10時~	古文書に親しむ会 午後1時半~	絵てがみ教室 午後1時半~	百歳体操 午後1時半~	桜江町バレーボール大会B&G体育館	フランス教室 午後3時~	手芸の会 午後12時~	百歳体操 午後1時半~	フランス教室 午後3時~	川柳教室 午後1時半~	まめなくん体操 午後1時半~	百歳体操 午後1時半~	桜江町ソフトボール大会桜江小グラウンド

六月行事予定