

地域の出来事

6/1 桜江町ソフトボール大会

優勝 市山チーム 《三連覇》
 準優勝 長谷チーム
 3位 谷住郷チーム
 MVP 三谷智也さん(長谷)

6/15 桜江町バレーボール大会

優勝 長谷Aチーム
 準優勝 長谷Bチーム

MVP男子 湯浅健次さん(長谷)
 MVP女子 松田純子さん(長谷)

ソフトボールは三連覇おめでとうございます！バレーボールは連覇となりませんでしたが、選手の皆さん、関係の皆さん、暑い中大変お疲れ様でした。

6/11 桜江町民生児童委員連絡会主催 燦々クラブ研修会&交流会

6月11日燦々クラブ交流会があり、23名の方が参加されました。今回は津和野方面へ出かけました。梅雨入りしたので前日迄雨が降り、どうなる事かと心配しましたが、当日は散策に調度よい天気にも恵まれました。太鼓谷稲成神社を参拝し、町並散策、お土産の買い物等し、普段話す機会がない方と交流が出来大変喜んで頂きました。



次回は県外の方にも行って見たいとの要望をもらい、これからも喜ばれる旅行企画を考えていきたいとの思いで終える事ができました。 民生児童委員

6/22 桜江町親善グラウンドゴルフ大会結果

優勝	山下 富貴子	55打(HO 3)(長谷)
準優勝	渡邊 光治郎	58打(HO 1)(市山)
第3位	早弓 優憲	59打(HO 4)(谷住郷)
...		
第8位	井上 孝明	68打(市山)

桜江町親善グラウンドゴルフ大会も第100回目を迎えました。今回は川戸グラウンドで開催され、市山からは10名の方が参加されました。参加された皆様お疲れ様でした。



7月6日には、スポーツ協会主催のグラウンドゴルフ大会がありますので、皆さん暑くなるので、熱中症対策をしながら頑張りましょう。

6/14 さくらえ保育園『なかよし運動会』



運動会

今年は早い時期の開催となりました。園児たちは、一生懸命競技に挑みました。

緊急連絡カードの配布

市山地域の65歳以上の方に緊急連絡カードをお配りします。これは、緊急時に駆け付けた救急隊員が本人の情報を確認し、救急搬送に役立てられるよう、緊急連絡先やかかりつけ医などを記入するカードです。地域担当の民生委員が配布しますので、記入をしていただき、室内に備えておいてください。

緊急連絡カード

もしもの時や困りごとの時の連絡先カードです。～冷蔵庫等に貼っておきましょう～

わたしの名前 作成日：令和 年 月 日

氏名	生年月日	大抵・昭和	年 月 日
住所	住居	江津市桜江町	
電話番号	電話番号		

もしものときの連絡先

氏名	関係	自宅	電話番号
1		自宅	
2		自宅	
3		自宅	
		勤務先	

助けを呼ぶとき

救急 119
 警察 110

救急医療センター(江津市) 0120-502-564 (病室・受付から使用可能・相談料・送料別)

かかりつけの病院

病名	住所	電話番号
江津市江津総合病院	江津市江津町	電話 0855-54-0101

募集中

第29回 ピクニックラン桜江 募集要項

2025 9.7 SUN
 KAZENOKUNI IWAMI RESORT&STAYS 津和野リゾート 桜江

2025 7.18
 江津市ビジネスプラン コンテスト 2025

Go-Con 2025
 コレです。未来の扉、5.2のプラン募集!

江津市ビジネスプラン コンテスト 2025
 5月19日(月)～8月4日(月)

【桜江賞】とは、桜江町の空き家や空き店舗を活用して創業する人を応援し、新たな魅力を創出する目的に設けられた賞です。大賞とのダブル受賞もあるそうです！

こんにちは食改です パート45
 I・Mさんのおすすめレシピ

江津食育ホームページ

春キャベツとシラスのレモン蒸し

【材料】
 春キャベツ…1/2個(約400g)
 →大きめのひと口大にする
 塩…少々
 水…大さじ2
 釜揚げシラス…40g
 レモン汁…大さじ2

【作り方】
 ①フライパンにキャベツ、塩、水を入れ、ふたをして強めの中火にかける。煮立ったら中火にして2分蒸す。少ししっとりしたら上下を返してさらに1～2分蒸す。
 ②シラスとレモン汁を加えてあえる。

ここがコツ!
 塩は多く見ても、大きじの水でたっぷり、水が多過ぎるとベチャベチャになるので注意!

市山地区防災研修会のご案内

日時：7月6日(日) 14時～16時
 場所：市山コミュニティ体育館

昨年引き続き第2弾を計画しました。

①日頃からの備えとして、災害時慌てずに行動ができるように自分自身の防災行動計画(マイタイムライン)と一緒に作成しましょう。

②救命救急士さんによる心肺蘇生法、AEDの使い方自らの命を守り、防災意識を高めましょう！申込がまだの方も当日参加大丈夫です。たくさんの方の参加をお待ちしています。

警戒レベル 新たな避難情報等

5 緊急安全確保

きんきゅうあんぜんかくほ

～警戒レベル4までに必ず避難！～

4 避難指示

ひなんしじ

3 高齢者等避難

こうれいしゃとうひなん

大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)

2 早期注意情報 (気象庁)

今後気象状況悪化のおそれ

今年の7月で48災・58災から、それぞれ53年・42年がたちます。58災では、市山地区でも犠牲者があり、私たちにはつらい教訓になっています。近年は、このような大雨による災害が頻繁に起きています。

あらゆる場面を想定して！【豪雨災害に備えた準備・行動】

○ハザードマップで住んでいる地域が安全であるか、どのような災害を受けやすいのか確認しておきましょう。

○タイムライン(いつ、だれが、どのように、何をするのか)を家族で話し合っておきましょう。

○非常持ち出し品をまとめておきましょう。携帯電話や充電器、メガネ、常備薬なども忘れずに。

○避難指示がでたら避難開始です。高齢者の方はもう一つ早い段階で避難してください。できるだけ明るいうちに家族や隣近所の方と声を掛け合って避難しましょう。

○避難せずに自宅にとどまる場合もあります。道路の浸水や崖崩れによって孤立することもあります。2～3日分の食料や水を準備しておきましょう。「まだ大丈夫・・・」では取り返しのつかないことになります。

最悪の場合を想定して『備えて良かった!』となるよう行動していきましょう。