

令和8年3月の行事予定

【発行・編集】市山まちづくり協議会 総務部 市山地域コミュニティ交流センター ☎92-1508

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	3B体操 市県民税申告相談 金物ごみ・粗大ごみ	たんぼぼ	ヨガ(今田) 🍷缶類その他プラ	ポールエクササイズ 🗨️今月からセンター体育館になります!	川柳(川戸)	中学校卒業式
8	9	10	11	12	13	14
	レクダンス 舞踊教室 燃やせる粗大ごみ	たんぼぼ (吉岡醤油)	スキルアップの会 🍷ビン類	百歳体操	大正琴	書道教室 民生委員支部会
15	16	17	18	19	20	21
	ポールエクササイズ	たんぼぼ	小学校卒業式 🍷プラ類		保育園卒園式	まごころ市 市山地区神楽交流会(17時~) センター体育館
22	23	24	25	26	27	28
	舞踊教室 有害・ガラス・陶器ごみ	たんぼぼ (吉岡醤油) 郷土研究会	🍷紙類	百歳体操	大正琴	
29	30	31				
		たんぼぼ				

2/15 みんなで学ぶ人権講座



教育文化部主催の人権講座に参加いただきありがとうございました。今年も江津市人権センターの松島さんを講師にお迎えして開催いたしました。(参加者18名)

テーマは「差別のカラクリをあばく」始めに自分自身が多数派か少数派かをチェックシートを使って調べました。社会は自然に多数派が生きやすい世の中になっている、例えば右利きと左利きの人では、右利きが多数派となりあらゆる物が右利きの人を使いやすくなっている、自動改札機やドアノブ、自販機等他にもありますね、自然と右利きの人の方が優位な立場になっているのです。少数派が何も言えず、多数派はそれが普通だからと、差別は社会システムと人の思考システムの中にあり、少数派の声を聞き、自分事としてとらえ不平等を解消していくことができた。マザー・テレサ「愛の反対は憎しみではなく無関心です」の言葉があります。「あなたと私ではなく、私たち」と考える事で誰もが住みやすい社会になっていきます。

- ＝感想＝
- 無関心であったことが恥ずかしくもあり、これからは今日の話をもとに考えて行こうと思います。
- 差別のカラクリ、心あたりがある事がいくつかありました。それに気づかずいる事が多いと。
- 感情的に難しい問題だった。

教育文化部

1/31 2/3 節分



各地区で節分行事が行われました。

- ＝1月31日＝
- 今田地区は、今田舞子連中が地区内のお宅訪問して豆まきを行いました。
- 江尾地区は、江尾大元神楽保存会が江尾集会所にて豆まき会を行いました。
- ＝2月3日＝
- 市山地区は、市山神友会が飯尾山八幡宮にて豆まき会を行いました。
- また、飯尾山八幡宮の節分祭では、破魔矢・御札・お守りなどをお焚き上げしていただきました。



健康ウォーキング
日時：11月29日(土)
集合：市山コ
三月まで中止
♪楽しく歩きましょう♪
健康づくり部

まごころ市
日時：3月21日(土) 9:00~
場所：旧桜江石油
◆新鮮なお野菜が
たくさん並びます!
◆吉岡醤油さんの
移動販売あります!

市山地域の人口
2026.1月末現在
(2025.12月との比較)
人口：男 251人 (-1人)
女 297人 (-3人)
計 548人 (-4人)
世帯数：255世帯 (-4戸)
65歳以上人口
男 105人 (±0人)
女 138人 (+1人)
高齢化率 44.34% (+0.5%)



今田報徳会が栽培された葉蘭を使った生花をいただきました🌸



START!
4月からグラウンドゴルフ始めます!
日程:毎週火曜日
場所:市山コミュニティグラウンド
時間:13時15分~
教室ではないので、誰でも気軽に参加出来ます(^_^)
一緒に体を動かしましょう!!

1/26 **ごぼう茶づくり** 地域づくり部

今年も生産活動(6次産業)のごぼう茶づくりがスタートしました。ごぼう茶は「皮ごと洗い・薄く切り・乾燥させ・焙煎する」の4工程で作ります。今回は、焙煎になります！焙煎度で味や香りが変わってくるので、大事な工程になります。



桜江スポーツ協会主催の卓球大会とバドミントン大会が各日程で開催されました。市山スポーツ協会も参加してきました。選手・役員の皆様お疲れさまでした。

2/1 **桜江町卓球大会** 市山スポ協

- *団体の部
 - 優勝 谷住郷A
 - 準優勝 谷住郷B
 - 3位 長谷
- *個人男子の部
 - 優勝 川村(谷住郷)
 - 準優勝 中曾(谷住郷)
 - 3位 竹下(谷住郷)
- *個人女子の部
 - 優勝 大石(谷住郷)
 - 準優勝 井下(川越)
 - 3位 森下(市山)



2/8 **桜江町バドミントン大会**

- *団体の部
 - 優勝 谷住郷
 - 準優勝 市山
 - 3位 長谷
- *ダブルスの部
 - 優勝 島田・井上(谷住郷)
 - 準優勝 湯浅・大屋(市山)
 - 3位 井下・長谷川(川越)



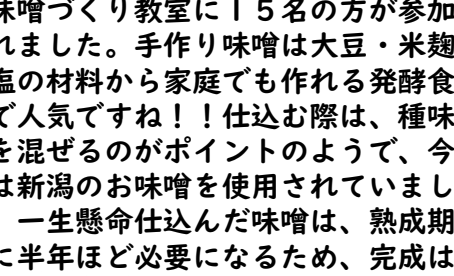
2/11 **健康長寿セミナー in江津**

桜江総合センターにて、プロレスラー新崎人生さんによる高齢者向け運動講座「健康長寿セミナー」が開催されました。10日にも江津市内で開催され、総勢270名の参加者が筋力トレーニング指導を受けました。後日参加者から「良かったよ〜、少し筋肉痛だけど」などの感想を聞きました。今回の企画は、(株)りらいぶが企業版ふるさと納税を活用し、江津市へ同社製機能性ウエア800着と144万円の寄付があり、開催にいたしました。ウエアは、参加者へプレゼントされました。



2/18 **手作り味噌＝スキルアップの会主催＝**

味噌づくり教室に15名の方が参加されました。手作り味噌は大豆・米麹・塩の材料から家庭でも作れる発酵食品で人気ですね！！仕込む際は、種味噌を混ぜるのがポイントのようで、今回は新潟のお味噌を使用していました。一生懸命仕込んだ味噌は、熟成期間に半年ほど必要になるため、完成は秋以降だそうです。冬場に仕込み、夏を越すことで発酵が進み、色が濃く深みのある味わいになるそうです。どんなお味噌が出来上がるのか、楽しみです(*^^)v



3月1日(日)〜7日(土)は春の火災予防運動です！

春の火災予防運動 3/1-3/7

10年たったら、どりかエル。

急ぐ日も 足止め火を止め 準備よし

制作：一般財団法人 日本防火・危機管理促進協会 後援：群馬県消防庁 全国消防協会 このポスターは、「宝くじの社会貢献財団」事業として助成を受け作成されたものです。

香典返しお礼

本町 池田順子様 (故 青木敏夫様)

『市山まちづくり協議会』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。

こんにちは食改です パート52 H・Hさんのおすすめレシピ

スパニッシュオムレツ



卵は栄養素の宝庫です！

- 【材料 2人】
- 卵……4個
 - じゃがいも……2個
 - たまねぎ……1/4個
 - ピーマン……3個
 - ハム……3枚
 - 油……大さじ3
- 粉チーズ……適量
ピザ用チーズ……適量
塩……少々
こしょう……少々
コンソメ顆粒……小さじ1

- 【作り方】
1. じゃがいも、たまねぎ、ピーマン、ハムは細切りにする。
 2. ボウルに卵を溶き、①、1を入れ、混ぜ合わせる。
 3. フライパンに油を入れ、2を流しい入れる。焼き目がついたら裏返し、蓋をする。焼き色がつき、火が通ったら完成。

● 栄養成分(1人分)

エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	食塩相当量(g)
401	20.5	21.9	26.6	2.3

お知らせ

*市山さくらライトアップ
4月4日(土)
場所：市山コミュニティセンター
時間：16時～

*買い物バス
4月22日(水) 11時 市山出発
ゆめタウン・なぎの木テラス(レストラン)
※詳細については、3月末にチラシを全戸配布します。

ニコニコ弁当

市山支会が2月28日土曜日に70歳以上で独居の方・80歳以上で2人暮らしの方のお宅へ、お弁当を届けました。今年度は、敬老会が開催できなかった為、ニコニコ弁当の回数が増えています。支会の皆さんありがとうございました。 市山支会

伝承館

2月10日火曜日に、石見智翠館高校の生徒さん2名が学校の探求授業で「形ある歴史と形ない歴史」について調べておられ、国指定重要無形民俗文化財に指定されている大元神楽について伝承館へ取材に来られました。川戸の太詔刀命神社の三浦宮司に大元神楽の歴史等についてお話していただきました。生徒さんも調べてきた以上の事が知れてとても良かった。と、たくさん写真を撮って帰られました。



防災研修会

2月1日(日)江津市役所にて、地区防災計画作成支援研修会がありました。市内から40名の方が参加され、市山からはセンター長が参加しました。地区防災計画とは、災害が起こった際に地域の方々が一丸となり、自分たちでまちを守るための計画です。



今月の川柳(三月版)

ポケットにあって話のタネがない
さらさらと話し掛ける頬の風
孫の目は何てキラキラしてるんだ
心ぬれぼつりぼつりと花まるだ
考えがぼつりぼつりと出るとほっぺたに
空見上げ雨がぼつりぼつりとほっぺたに
日本人誇る活躍大リーグ
顔のまは私に感謝年賀状
顔ありのまは私に感謝年賀状

高橋久美子
佐々木紀美枝
湯浅登志文
松野竹恵
服部五月代
山形ゆうき
渡辺康乃
湯浅志津子