

**交流センター  
ストーブ使用  
灯油代変更のお願い**

ご存知の通り灯油が値上がりしています。4月1日より、下記のように変更させていただきましたことになりました。ご理解、ご協力をお願いします。

- 記  
4月1日より  
・大会議室 ストーブ  
1台 1時間 200円  
・和室ファンヒーター  
1台 1時間 100円

・目田  
谷口恵子様  
故 谷口富士夫 様

・都野津町 (昭和電器様)  
森下晃司様  
故 森下サホ子様

・お礼  
谷口富士夫 様  
三月八日  
満七十四歳

謹んでお悔やみ申し上げます

・おくやみ

跡市地区まちづくり協議会にお志を頂戴いたしました心よりお礼申し上げます

**お知らせ  
旧跡市小学校の利活用と改修について**

校舎を現在そのまま利用するには消防法により、多額の消防設備が必要となり、実質利用できない状態です。江津市教育委員会・消防・まちづくり協議会の三者で協議・確認を行ってきました。今後、利用するためには、校舎の利用面積を1000㎡未満にする必要があります。このため、給食室を減築し独立させる(既に完了)・講堂を校舎と切り離し独立させる・校舎一部を閉鎖し出入りできないようにすることの3点の対処を行うこととなりました。この度、教育委員会の予算の関係で、急遽、講堂と校舎の切り離しが施工されることになりました。

3月23日から、渡り廊下の解体作業に着手しています。ご理解とご協力をお願いします。



**HIGH-幸 プロジェクトより  
(はいこう プロジェクト)**

HIGH-幸プロジェクトでは、跡市小学校を起点とした取り組みや地域での活動の様子を、より多くの皆さんに知っていただくため、広報誌「HIGH-幸新聞」を発行することになりました。これから毎月、プロジェクトの進捗やイベントの様子、地域の皆さんと一緒に進めている活動などを新聞形式でお届けしていきます。跡市小学校から生まれる新しい挑戦やつながりを、地域の皆さんと共有しながら、未来につながる取り組みを、今より回覧で発信していきます。ぜひ、楽しみにご覧になって下さい。

**跡市地区の人口 432人** 令和8年2月末

	世帯数	男	65歳以上	女	65歳以上	合計	65歳以上合計	高齢化率
跡市	156	137	74	144	88	281	162	57.65%
千田	73	68	38	68	41	136	79	58.09%
井沢	8	6	5	4	4	10	9	90.00%
清見	5	3	2	2	2	5	4	80.00%
合計	242	214	119	218	135	432	254	58.79%
令和7年2月末	247	217	260	223	140	440	260	59.09%

江津市役所調へ



日	月	火	水	木	金	土
3/29 3月 昼市	30	31	4/1 100歳体操	2	3 3B教室	4 書道教室 3B体操
5 ふれあい お花見会	6	7 金物	8 100歳体操	9 フリーサロン 入学式 津宮小学校 青陵中学校	10 3B教室	11 書道教室
12 連合自治会 総会 民生定例会	13 ハーモニカ	14 手芸	15 資源ごみ 100歳体操	16 ほんわかカフェ	17 3B教室	18 3B体操 3B体操
19 4月 昼市	20	21 ガラス有害 下段に詳細有	22 狂犬病予防接種 100歳体操	23 手芸 センター便り 発行	24 3B教室	25 書道教室
26	27 ハーモニカ	28	29 昭和の日	30 昼市 3月29日(日) 4月19日(日) 旧飯田屋商店	5/1	2

**狂犬病予防集合注射**  
4月22日(水)  
・9:05~9:15 浄光寺駐車場  
・9:20~9:25 跡市地域交流センター  
・9:30~9:35 長瀬橋前

**注意!**  
燃やせるゴミ出し日  
4月から  
月曜日・木曜日

**自転車利用者に対するお知らせ**  
令和8年4月1日より  
自転車の反則通告制度(初犯)  
※対象者は16歳以上が開始されます。  
反則切符  
検挙  
反則金の納付  
手続終了

**交通ルールを守って  
交通事故ゼロへ!**  
令和8年4月6日~4月15日  
春の全国交通安全運動  
4月10日(日)「交通安全ゼロを目指す日」です



介護予防ポイント  
が付きます！

### 100歳体操

「跡市おたっしゅくらぶ」より  
季節の話題

- ・サクランボの花が枯れてきた
- ・馬酔木（あせび）の花が咲いている（馬が酔う木？・・・ヤギには食べさせない）
- ・テレビではソメイヨシノ桜の開花やもう潮干狩り・・・の話題！
- ・家につばめが来ました！

- ・ゆっくり肩の前回し、後回し 10回ずつ
- ・肩を上げたり下げたり 10回
- ・ゆっくり滑車運動 20回  
肘をまっすぐ伸ばしましょう  
背中をまっすぐ伸ばしましょう
- ・両肘を90度に曲げ、前で合わせ肩甲骨を広げる、肩甲骨を縮める 10回
- ・両手を広げて、グーチョキパー、そして前でパン！と手を叩きましょう 10回



今年も「みつまた」の花木をいただきました。みつまたは和紙の原料として使われます。必ず三つに枝分かれます。

### 小学校の桜に ほんほりを取付けました 加志岐会

今年も、ほんほりを取り付けました。夜は点灯されます。桜はまだですが、夜桜を見にぜひお出かけください。



## ご入園・ご入学 おめでとうございます

里山子ども園 わたぼうし  
入園式 4月1日

- ・平下 立親 さん
- ・伊藤 夏 さん

他4名の園児さんが  
親年度入園の予定です

津宮小学校  
入学式 4月9日 午前

- ・中千田 田中 明日菜 さん

青陵中学校  
入学式 4月9日 午後

- ・小原 益子原 翔愛 さん
- ・中千田 森川 拓磨 さん

※ 保護者さんの了解を得てお名前を掲載しています

### 認知症疑似体験

3月18日（水）

跡市健康づくり推進会



VR（バーチャル・リアリティの略、日本語では「仮想現実」と訳されます。コンピューターによって作り出された仮想空間を、まるで現実であるかのように体験できる技術です。専用のVRゴーグル（ヘッドマウントディスプレイ）を装着し視覚や聴覚、触覚などを通じて仮想世界に没入する体験ができます。

今回体験会のご案内をしましたところ、26名の方が参加されました。江津市の包括センターの方をはじめ、専門の指導者に来ていただき貴重な体験をしました。認知症を取り巻く問題とされるものはご本人だけの問題ではなく周囲の理解やコミュニケーションが大きく影響しているのだそうです。この体験をすることで、認知症を理解につなげることを目的としたプログラムです。



### 社会福祉協議会跡市支会 民生委員・児童委員跡市支部

#### ☆「出前講座」の報告

3月の定例会に合わせ、有縁の民生・児童委員の方と地域の方の参加もいただき、研修会をおこないました。江津市包括支援センターの山下氏と、認知症サポーターの益子原紀子氏から認知症についてお話を聞きました。認知症にはどんな症状があるのか、認知症を引き起こす脳の病気について、また、認知症は早めに異常に気づき、受診が必要であること。家族だけではなく、地域で見守りが必要であることを学びました。

跡市には「チームオレンジ」という見守り体制ができています。これからも認知症の方が安心して暮らし続けることができるよう活動していただきたいと思います。

#### ☆「ふれあいお花見会」（全戸配布のチラシがあります）

日時・・・4月5日（日）

10時～14時 軽スポーツ（時間内自由参加）

11時～13時 食事（バイキング）（時間内自由参加）

（食事をされる方は食事代として100円お願いいたします。）



軽スポーツで一息ついて食事をされても、腹ごしらえしてパワーをつけて軽スポーツを楽しまれても構いません。都合のつく時間帯で軽スポーツと食事を楽しまってください。

### にこにこ配食

3月20日（金・祝）

#### 献立

バラ寿し・チキンカツ  
味噌サラダ・煮しめ  
厚揚げのカレー煮  
トマト・バナナ

令和7年度最後の「にこにこ」でした。ボランティアさん、民生委員さん、お疲れ様でした。ありがとうございました。

折り紙で折ったお雛さまが添えてありました。心温まるお弁当でした。

