

郡家ふれあいセンター  
「シンボルマーク」



# 郡家校区 コミュニティだより

郡家校区地域づくり推進協議会 丸亀市郡家町 814 番地 1 郡家コミュニティセンター内  
ホームページ <http://www.netwave.or.jp/~gunge-c/> Tel/Fax 28-6807

## 宝幢寺池 ゆる抜き 勉強会



郡家小学校



6月17日



郡家こども園



### ひとりで池には遊びに来ない

郡家小学校4年生と郡家こども園の園児を招いて、堤防上でゆる抜き勉強会を実施しました。

ため池の水の使い道について説明し、白川支部長から、絶対にひとりで池には遊びに来ないようにと、厳しい口調で注意され、皆さん大きな声で「はい！」と返事してくれたのと、20年前に郡家小学校の児童としてゆる抜き勉強会に参加された中井先生が感慨深げに挨拶してくれたのが、歴史の重みを感じて嬉しかったです。

丸亀市土地改良区 宝幢寺池支部

郡家校区の現況  
( )内は前年同月比

人口 12,899 (-49)  
世帯数 5,492 (38)

男性 6,246 (-27)  
自治会数 107

女性 6,653 (-22)

\* 令和6年6月1日現在

# 給食準備ボランティア

郡家小学校で4月から5月までの約2か月間、新入生に対して給食準備ボランティアの活動が行われました。



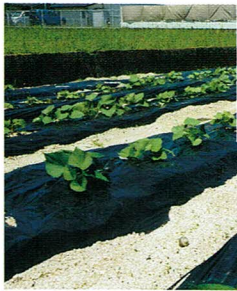
1年生は上手に配膳できるようになりました。

給食準備ボランティアのみなさん、ありがとうございました。



郡家婦人会、各種団体・グループのみなさん

## 秋の収穫が楽しみ



郡家小学校  
2年生

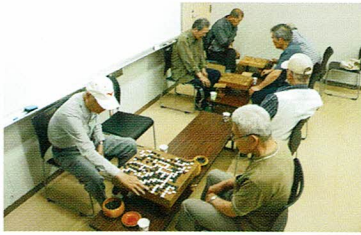
## たくさんできるかな



6月20日、今年も郡家小学校プール南側の土地でサツマイモのつるさし体験をしました。PTAや地域の方に準備からつるさしの仕方について教えていただきました。

## いものつるさし体験

## コーヒーを飲みながらおしゃべりに、囲碁・将棋等地元の方の交流の場



## コミュニティセンター「ふれあいサロン」

郡家コミュニティセンターでは、毎週金曜日に講座室で「ふれあいサロン」を開催しております。コーヒーを飲みながら地域の方の交流の場として活用していただきます。(9時〜12時)



れんげ祭りに参加



ふれあいまつりに参加

生涯学習クラブ紹介  
エンジョイ・フラダンス郡家  
平成26年4月に結成して早や11年目を迎えました。岡先生の指導のもとで13名の皆さんと共に楽しく練習に励み、次々と新しい曲に挑戦して、しっかりと身体を動かしています。又、フラダンスは激しい動きではないのにもかかわらず、真冬でも汗がにじみます。  
5月のお城まつり、介護施設慰問や校区内では、ふれあいまつり・れんげ祭り・うるるかむ等多方面に参加して活動の輪を広げています。  
これからも笑顔を忘れずに続けていきたいと思っています。



## チャレンジウィーク 2024 開催!!



昨年まで開催されていた『チャレンジデー』が終了となり、今年より新たに『チャレンジウィーク』が始まり、丸亀市内のコミュニティセンターや、マルタスなどでさまざまなイベントが行われました。

郡家コミュニティセンターでは「生涯現役いきいき体操」と称し、無理のない動きの体操教室が開かれました。講師は、毎月第二木曜日に行われている「介護予防体操」でお世話になっている、福岡有華先生です。

途中、休憩を挟みながら1時間程の体操でしたが、参加された皆さんはまだまだ動けそうなお元気でした。



### ※消火器を使うときは

- ① 栓を抜く。
- ② ホースの先をしっかりと持つ。
- ③ レバーを強く握る。



④ 火の根本を狙って、消えるまでかけ続ける。

以上の点に注意して安全に使用してください。

あと少しで梅雨入りしそうな6月4日(火)の午後、コミュニティセンターにて、火災を想定した避難訓練が行われました。

火災報知器が鳴り響き、「火事ですー」という掛け声で一斉に外へ避難していただきました。各クラブごとに人数確認をし、全員揃っていることが確認出来たら次は水消火器の使用体験です。

指導の方から、火災時の注意点、消火器を使用する際の注意点などを説明していただき、実際に消火器を使ってみました。水が弧を描くので、的に当たるのは少し難しいようです。

皆さんも、もしもの時のために、ご自宅の消火器を一度確認して、使い方の復習をしておきましょう。

## 避難訓練 実施

## 丸亀市消防団

## 消防訓練大会



本年度も消防操法を演習することにより消防団員のさらなる技術の向上と土気の高揚を図ることを目的に「第57回丸亀市消防団消防訓練大会」が5月26日(日)に蓮池公園で開催されました。

我が第10分団においては、本田分団長以下38名の団員が16日間の夜間訓練を実施してこの大会に臨みました。

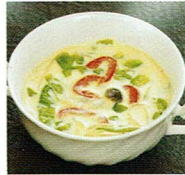
消防団員は、消防・防災に関する知識や技術を習得し、火災発生時における消火活動、地震や風水害といった大規模災害発生時における救助・救出活動、警戒巡視、避難誘導、災害防衛活動などに従事し、地域住民の生命や財産を守る為に活動しています。

もしもの時には、これらの訓練を生かして災害を最小限におさえるよう、分団長以下頑張ります。

\*夜間訓練中は、各自治会の皆様のご協力をいただきましてありがとうございます。

## 使い切り・リメイクレシピ 16

### レタスの和風ミルクスープ



- 【材料】2人分
- ・レタスの外葉…40g
  - ・パプリカ(赤)…20g
  - ・しめじ…20g
  - ・春雨(乾燥)…6g
  - ・だし汁…160ml (かつお節・昆布)
  - ・牛乳…140ml
  - ・白味噌…大さじ1
  - ・ごま油…小さじ1
  - ・こしょう…少々

- ① レタスの外葉は洗い、一口大にちぎる。パプリカは種を取り縦に薄い千切りにする。しめじはほぐす。
- ② ポウルに白味噌、ごま油、こしょうを入れよく混ぜる。
- ③ 鍋にだし汁を煮立たせ、①のパプリカとしめじ、春雨を入れる。春雨が柔らかく煮えたら②を加えて味をなじませる。
- ④ ①のレタスを加えて少し加熱し、最後に牛乳を加え、温まったら火からおろし、器に盛り付ける。

第28回郡家校区ふれあいまつり  
11/2(土)・3(日/文化の日)開催!

展示作品募集中です。  
受付は9/7(土)まで  
TEL28-6807  
郡家コミュニティセンター



# 8月の行事予定

日	曜	行事内容
1	木	
2	金	ふれあいサロン(9:00~12:00) 誕生日会(彩芽こども園)
3	土	
4	日	校区一斉清掃
5	月	-休館日-
6	火	安全教室(彩芽こども園)
7	水	
8	木	介護予防体操(13:30~15:00)
9	金	ふれあいサロン(9:00~12:00) ぐんぐんサロン(10:00~11:30)
10	土	
11	日	-休館日-(山の日)
12	月	-休館日-(振替休日)
13	火	-振替休館日-
14	水	
15	木	にじいろカフェ(13:30~15:00) 連合自治会・コミュニティ役員会 (19:00~)
16	金	ふれあいサロン(9:00~12:00) 健康相談(9:30~11:30) うえるかむ準備会(10:00~11:30)
17	土	
18	日	
19	月	-休館日-
20	火	登園日(郡家こども園) お茶のおけいこ(誠心こども園) 避難訓練(彩芽こども園)
21	水	全校登校日(郡家小学校) 音楽レッスン(誠心こども園)
22	木	ダンス教室(彩芽こども園)
23	金	ふれあいサロン(9:00~12:00) わいわい広場(10:00~11:30) あやめシアター(彩芽こども園)
24	土	
25	日	
26	月	-休館日-
27	火	身体計測(彩芽こども園)
28	水	広報編集委員会(19:00~)
29	木	
30	金	ふれあいサロン(9:00~12:00)
31	土	

# 9月の主な行事

- 12日(木) 介護予防体操 13:30~15:00
- 13日(金) ぐんぐんサロン 10:00~11:30
- 19日(木) にじいろカフェ 13:30~15:00
- 20日(金) 健康相談 9:30~11:30
- 20日(金) うえるかむ 10:00~11:30
- 27日(金) わいわい広場 10:00~11:30

### ◇ 9月の休館日 ◇

9/16(月)、17(火)、22(日)、23(月)、24(火)



みなさま、お久しぶりです！長女の愛です。今年の梅雨は、よく雨が降りましたね。たくさん雨が降ると湿度が高くなり、ジメジメとして気持ちが悪いですよね。湿度が高い時に外出するのは、霧です。ため池や川の近くを通る時、目の前がよく見えません！という経験がありませんか？また、湿度の高さや車内外の気温差が原因で窓ガラスが曇って視界不良になったり、事故につながるのを、オグランプに切り替える、曇り止めを塗るなどの対策をしましょう。この時期に多い局地的な大雨や、運転時の視界不良になります。心がけてお出かけをなるべく控えるようにお過ごしください。



**連載**  
**防災士トリオが教える**  
**防災豆知識！**

＜市健康課からのお知らせ＞ 毎月10日は健康の日！

### 令和6年度『結核・肺がん検診』について

レントゲン車が巡回します。下記の日程は予約不要です。

月日	場所	受付時間
10/1 (火)	コープ郡家	9:30~10:30
	郡家コミュニティセンター	11:00~12:00
10/3 (木)	こはし内科・腎クリニック駐車場 (かりん薬局南側)	13:30~14:45
	宮武歯科医院	15:00~15:30

対象者：丸亀市に住民票のある40歳以上の人  
持参物：受診券...受診券の中の「質問」に記入してください。  
料金：無料 ※検診の注意事項等は、受診券同封チラシを参照  
健康寿命を延ばすためには、がんの早期発見が大切です。  
その他がん検診も早めの受診をお願いします。



### 郡家交番だより

子どもを事件・事故から守りましょう！  
子ども達にとつては楽しい夏休みの真っ最中です。保護者の方はこれを機に水の怖さや交通ルールなどについてお子さんと話し合いをし、遵守すべきことを教えてあげてください。

☆子どもを水の事故から守りましょう！  
水遊びは保護者と一緒にする。  
危険な池、川、水路では遊ばない。  
プールでは決められたルールを守る。

☆子どもを交通事故から守りましょう！  
交通ルールを守る。  
道路では遊ばない。  
道路へは飛び出さない。  
危険な遊び方をしていている子どもを見かけたら、気付いた人が注意して、地域ぐるみで子どもを事件・事故から守りましょう！

※上記の予定につきましては、変更になることがありますのでご了承ください。