

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.pikara.ne.jp/gunge-c> Tel/Fax 28-6807



6/17 朝 6 時から宝幢寺池の初ゆる抜きの前ゆる抜き式の神事を執り行いました。9 時からは郡家こども園の年長児 38 名、郡家小学校 4 年生 123 名が校外学習の一環として宝幢寺池の見学に来てくれました。

子ども達に、宝幢寺池の歴史や役割とともに、『水を大切にすること』『危険なので絶対に一人で池に遊びに来ないでほしい』という話をしました。



郡家の田植えが  
始まりました



郡家小学校  
4 年生



この『ゆる』のハンドルを回すと、  
水が流れるようになるよ！



郡家こども園  
年長組



郡家校区の現況  
( ) 内は前年同月比

人口 12,893(-6)  
世帯数 5,575(83)

男性 6,239(-7)  
自治会数 107

女性 6,654(1)

\* 令和 7 年 6 月 1 日現在

5月11日(日)、コミュニティセンターに於いて、令和7年度郡家校区地域づくり推進協議会の総会が開催されました。



### 「令和7年度 郡家校区地域づくり推進協議会役員」

| 役職    | 氏名        | 備考          |
|-------|-----------|-------------|
| 会 長   | 山川 政明     |             |
| 副 会 長 | 宮 武 利 運   | 兼地域環境部会長    |
| 副 会 長 | 武 田 龍 広   | 兼社会福祉部会長    |
| 副 会 長 | 宮 武 恵 美 子 | 兼保健増進部会長    |
| 副 会 長 | 豊 田 裕 功   | 兼体育増強部会長    |
| 事務局 長 | 山 本 兼 司   | 兼会計(指定管理運営) |
| 部 会 長 | 重 成 浩 一   | 地域安全部会長     |
| 部 会 長 | 戸 張 正 典   | 総務部会長       |
| 部 会 長 | 原 透       | 人権擁護部会長     |
| 書 記   | 今 田 光 紀   | 兼会計(コミュニティ) |
| 幹 事   | 行 成 保 弘   |             |
| 幹 事   | 重 成 貴 美 子 |             |

## 市と地域を繋ぐ地域担当職員

丸亀市では、平成27年度より地域の人達と密接な関係を築きながらコミュニティと市役所のパイプ役を担う地域担当職員制度を導入しています。この制度により、4月から左記の3つの分野で4名の職員が担当しています。

### 1 まちづくり担当

- 窪田 美由紀(子育て支援課)
- 重成 佑実(地域づくり課)
- ・コミュニティ各種会議への出席
- ・コミュニティへの情報提供
- ・コミュニティからの意見等の収集

### 2 防災担当

- 秋山 雄貴(農業委員会事務局)
- ・災害発生時における地域と市本部との連絡調整

### 3 保健担当

- 楠原 想磨(健康課)
- ・各種検診・健康相談等

各種コミュニティ行事に於いてお目にかかる機会があるかと思いますが、よろしくお願いいたします！



楠原 秋山 重成 窪田

## もしものために

5月14日、コミュニティセンターにて、火災発生を想定した避難訓練・消火訓練が行われました。  
参加してくださったみなさん、避難の指示に速やかに行動してくださり、その後の水消火器を使った消火訓練にも真剣に取り組んでくださりました。  
もしも火事が起きてしまったときに、この経験が生きてくだされば幸いです。

### ●消火活動を行う際は…

1. 火元の風上に立ち、約7～8m離れる。
2. 黄色の安全ピンを引き抜く。
3. ホースを外し、先端を持って火元に向けます。
4. レバーを強く握って放射します。
5. 火の根本を狙い、手前からほうきで掃くように薬剤を放射します。

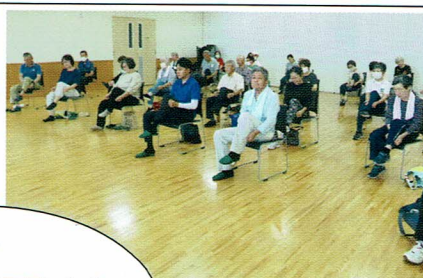
しかし！天井に火が燃え移るほど大きくなった場合は速やかに逃げてください！！



## チャレンジウィーク 2025

よく晴れた5月23日、おなじみになったチャレンジウィーク2025の郡家コミュニティセンターのイベントが行われました。  
講師で来てくださったのは、毎月第二木曜日の介護体操に来てくださっている福岡有華先生です。  
ゆったりとした簡単な動作の運動から、しっかりとした運動まで様々な動きを取り入れた体操教室をしてくださいました。

ときどきは運動するのもいいですね♪



丸亀市スポーツ協会より、郡家校区から2名の方が表彰されました。

## 西風 雅史さん

平成26年5月から令和6年3月までスポーツ協会郡家支部長、平成20年から31年までスポーツ協会の評議員、代表委員として地域住民の生涯スポーツ活動の実践に取り組み、地元地域の健康体力づくり活動の普及・振興など指導的な立場で関係機関との連絡調整や地域活動の実施運営に尽力されました。

平田 統也さん



西風さんご長男



## 平田 統也さん

全国の水泳大会にて数々の新記録を残し、優秀な成績を収められました。

### ◎第64回全国中学校水泳競技大会

・男子 100m 背泳ぎ **優勝**(中学新記録)

### ◎第47回全国JOCジュニアオリンピックカップ夏季水泳競技大会

・男子 50m 自由形 **優勝**(中学新記録)

・男子 100m 自由形 **優勝**(大会新記録)

・男子 200m 背泳ぎ **優勝**

他、記録多数

## おおきなあれ！ サツマイモのつるさし



6月12日、郡家小学校2年生125人がサツマイモのつるさしをしました。つるの向きや土のかけ方を教えていただいた後、一人一本つるを持って挑戦しました。初めて経験する児童も多く、つるを寝かせて土をかけることに苦戦していました。アドバイスや手助けをもらってやり切った後は、収穫するのを楽しみにする声が多く聞かれました。貴重な体験ができました。



## 【ブロッコリーとトマトのスープ】

### ◎材料(4人分)

- ・ブロッコリー 120g ・トマト 1個
- ・卵 2個 ・水 600ml
- ・鶏がらスープの素 大さじ1+小さじ1
- ・粗びき黒こしょう 少々

### ◎作り方

- ①ブロッコリーは小房に分け、茎は皮をむいて薄切りにする。トマトは乱切りにする。
- ②卵は溶いておく。
- ③鍋に鶏がらスープの素と水を入れ、ブロッコリーを煮る。ブロッコリーが柔らかくなったらトマトを加えひと煮立ちしたら②を回し入れて火を止める卵に火が通ったら器に盛り、黒こしょうをふる。



## 料理教室開催

### 【本日のメニュー】



- ・白身のソテー オレンジソース
- ・ブロッコリーとトマトのスープ
- ・小松菜のナムル
- ・コーヒゼリー

暦の上では1カ月先のはずの気温が毎日毎日続き、暑い暑い6月29日(日)「コミュニティセンター」に於いてバランス料理教室を開催しました。

今回の料理教室のメニューの中からレシピを一つご紹介いたします。とてもヘルシーで栄養たっぷりののでぜひ作ってみてください。

## じぶんと家族の これからのために！



平年より20日も早く梅雨明けしたこの夏、7月8日に郡家長寿会、プラチナ学級が開催されました。この日のテーマは『元気・長生きと生命保険・健康体力ある消費生活の見直し』と題して、講師に山地まさのりさんに来ていただきました。まずは、自分の健康状態や生活習慣などを振り返り、どうしたら健康寿命を延ばすことが出来るのかを確認しました。そして、健康寿命が延ばせたらその分、長生きできるよ

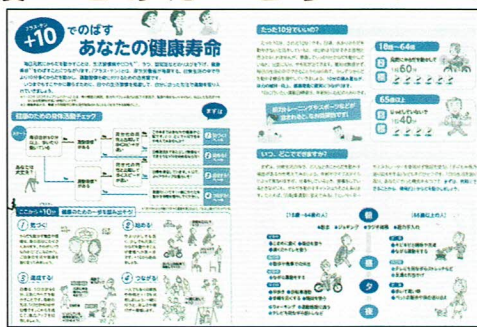
うになりますので、それに備えておこなってはいけません。このとき

に有効なのが「生命保険」です。要介護・認知症になつてからは対応できないことが多々あります。ご家族の安心のため、『健康で体力のあるうちに備える』ことが重要です。みなさんも、一度ご家族と相談してみ

てはいかがですか？



山地 まさのりさん



## 8月の行事予定

| 日  | 曜 | 行事内容                                                             |
|----|---|------------------------------------------------------------------|
| 1  | 金 | ふれあいサロン(9:00~12:00)<br>誕生日会(彩芽こども園)                              |
| 2  | 土 |                                                                  |
| 3  | 日 |                                                                  |
| 4  | 月 | -休館日-                                                            |
| 5  | 火 | 長寿会理事会(9:30~11:00)<br>プラチナ学級(13:30~15:00)<br>安全教室(彩芽こども園)        |
| 6  | 水 | 民生児童委員会(16:00~17:00)                                             |
| 7  | 木 | にこにこタイム(誠心こども園)                                                  |
| 8  | 金 | ふれあいサロン(9:00~12:00)<br>ぐんぐんサロン(10:00~11:30)                      |
| 9  | 土 | ぐんちゃんクラブ(13:00~15:00)                                            |
| 10 | 日 |                                                                  |
| 11 | 月 | -休館日-(山の日)                                                       |
| 12 | 火 | -休館日-(振替休館日)                                                     |
| 13 | 水 |                                                                  |
| 14 | 木 | 連合自治会・コミュニティ役員会<br>(19:00~)                                      |
| 15 | 金 | ふれあいサロン(9:00~12:00)<br>健康相談(9:30~11:30)<br>うえるかむ準備会(10:00~11:30) |
| 16 | 土 |                                                                  |
| 17 | 日 |                                                                  |
| 18 | 月 | -休館日-                                                            |
| 19 | 火 | 全校登校日(郡家小学校)<br>避難訓練(彩芽こども園)                                     |
| 20 | 水 | 登園日(郡家こども園)                                                      |
| 21 | 木 | にじいろカフェ(13:30~15:00)                                             |
| 22 | 金 | ふれあいサロン(9:00~12:00)<br>わいわい広場(10:00~11:30)                       |
| 23 | 土 |                                                                  |
| 24 | 日 |                                                                  |
| 25 | 月 | -休館日-                                                            |
| 26 | 火 |                                                                  |
| 27 | 水 | 身体測定(彩芽こども園)                                                     |
| 28 | 木 |                                                                  |
| 29 | 金 | ふれあいサロン(9:00~12:00)<br>あやめシアター(彩芽こども園)                           |
| 30 | 土 |                                                                  |
| 31 | 日 | 校区一斉清掃                                                           |



## 9月の主な行事

- 11日(木) 介護予防体操 13:30~15:00
- 12日(金) ぐんぐんサロン 10:00~11:30
- 18日(木) にじいろカフェ 13:30~15:00
- 19日(金) 健康相談 9:30~11:30
- 19日(金) うえるかむ 10:00~11:30
- 26日(金) わいわい広場 10:00~11:30

### ◇ 9月の休館日 ◇

9/16(火/敬老の日に伴う振替休館日)、23(火/秋分の日)

『おはよう!』  
『おはようございます。』  
7月1日、2日に郡家小学校であいさつ運動が行われました。小学生のあいさつボランティア、南中学校の校長先生や先生方をはじめ大勢の生徒さん、PTAの方、民生委員児童委員・主任児童委員が参加して校庭に元気な挨拶の音が響きました。  
声をかけると二日目は恥ずかしそうにしていた児童が、二日目には笑顔で挨拶を返してくれたり、自分から声をかけてくれたりと嬉しい変化に元気をたくさんもらいました。  
この活動が、登下校中の地域の方との挨拶にも広がると思います。



郡家地区民生委員・  
児童委員だより



＜市健康課からのお知らせ＞ けんこう 毎月10日は健康の日!

### 令和7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        |
|--------------|------------------------------|-------------|
| 9/11<br>(木)  | きむら丸亀三条店<br>(店舗北側駐車場)        | 13:00~14:00 |
|              | JA 香川県丸亀支店                   | 14:30~15:30 |
| 9/30<br>(火)  | コープ郡家駐車場南側                   | 9:30~10:30  |
|              | 郡家コミュニティセンター                 | 10:45~11:45 |
| 10/23<br>(木) | こはし内科・腎クリニック駐車場<br>(かりん薬局南側) | 13:30~14:45 |
|              | 宮武歯科医院                       | 15:00~15:30 |



健康寿命を延ばすためにも、  
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。

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

夏休みの子ども達を守りましょう!  
子ども達にとっては楽しい夏休みの真っ最中です。保護者の方は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、守るべきことをしっかりと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!



水難事故防止リーフレット



※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。