

住みよいまち みんなで築こう 地域の力で!!

# まんでがん築地

23  
2023  
April  
vol.23

発行/築地地区コミュニティ協議会 築地地区社会福祉協議会

## 12月 保健委員会 元気いきいき講座開催



「笑いを取り入れた元気体操でリフレッシュ」をテーマに、今回の講師は吉田静子先生です。  
コロナ禍の為、人数制限になった講座となりましたが先生のユーモアを交えた話術とタオルなど身近な物を使った体操に笑い声も聞かれ、とても楽しい時間でした。  
笑顔で帰られる地区の方々に次回は人数制限なく「元気いきいき講座」ができればと思っております。



## 6月 保健委員会・婦人会合同 「健康教室」開催



糖尿病・生活習慣病の専門医「サンポート高松クリニック」院長「井垣先生」に「昔と変わってきた食習慣の良い所、悪い所」について、高齢者が気をつけたい食習慣のお話しをして頂きました。  
近頃、コンビニ・スーパーの惣菜が多様化し、美味しくなっている事、手軽さもあり冷凍食品・レトルト食品の進化もあり、家庭で料理する事が少なくなっていますか？  
手を抜きがちになる食卓。作りましょう家庭料理！  
一番気を付けたいのが、油です。天ぷらの衣は要注意！  
煮た野菜を多く食べましょう。  
いも類・カボチャは野菜ではありません、炭水化物です。"そうでした！"うっかり野菜感覚になっていました。"油分(菓子類含む)少なめ・蛋白質中位・炭水化物中位・野菜は多めに摂りましょう、と同時に筋力保持も大切です。"一万歩・ケーキ一個で帳消しに"という「ええっ!!」と驚く事もあり、軽妙なトークと優しい語り方に引き込まれた時間でした。  
元気に歳を重ねる為には手軽さに頼りすぎはいけません。お話しをして頂きました。



## 1月29日 築地町子ども会 三三お楽しみ会開催



コロナ禍でなかなか以前の様に飲食をしながらのレクリエーションは出来ませんでした。子ども達もとても楽しそうに参加してくれていました。小さい子ども達も楽しめる様にと、松屋玩具さんで購入させて頂いた射的や投げ輪をみんな上手に楽しみながらやっています。最後はじゃんけん大会で盛り上がりました。たくさんの子も達や父兄の方が参加してくれ楽しんでもらえてとてもよかったです。父兄と子どもが顔を合わせる事ができ、色々な話が出来たので安心感が生まれたと思います。今後も親子で楽しめる活動が出来たらと思います。

### お礼

地域歳末たすけあい募金  
(高松市赤十字奉仕団築地分団)  
12月1日からの地域歳末たすけあい募金では、自治会、地域の皆様のご協力、心より感謝申し上げます。ありがとうございました。

## 民生委員児童委員の 「育改選」のあたい

築地地区民生委員  
児童委員協議会会長 中野 宰誠

昨年12月1日付で3年に一度の民生委員児童委員の「育改選」が行われました。築地地区では一名が交替し、他の方は役目を継続していただくことになりました。さて、3年前に会長に就任するや否や新型コロナウイルスの世界的な大流行が始まり、感染防止のためにかつて経験したことのない生活を余儀なくされました。そしてそれは今も進行形です。さらに昨年は、ウクライナで戦争が勃発し、世界の平和を揺るがすだけでなく、光熱費や食料品など生活に欠かせないものをはじめ、あらゆる物が高騰し、我々の生活を苦しめています。このような状況の中で、民生委員児童委員として十分な活動ができなかったことをお詫びいたします。

## 退任のあたい

無類井 知子

私事で恐縮ですが昨年11月30日をもって築地地区民生委員を退任いたしました。子育てと仕事をしながらでしたが、皆様からの暖かなご支援とご指導を賜り5年7カ月の間、民生委員として活動させて頂く事ができました。私もこれからは住み良い町作りの一員として人との繋がりがや、ご縁を大切にしたいと思います。最後になりましたが皆様方のご健康とご多幸をお祈りし、退任の挨拶といたします。

## 民生委員児童委員を引き受けて

三枝 和子

昭和戦後から70年以上築地地区で父母兄妹姉妹皆がお世話になってきた地区で民生委員のお話をいただき何も解らないままお引き受け致しました。子供の頃からの懐かしい人とお会いし地区の為に頑張っておいでる姿に頭がさがる思いでした。皆様にお教えたいただき少しでも築地地区のお役に立てればと思っております。どうぞよろしくお願ひ申し上げます。

「勇退された無類井様、長い間おつかれさまでした。新任されました三枝様、一緒にがんばりましょうね。」





令和4年11月20日、コロナ禍のため3年間中止していた防災訓練を行いました。多数のご参加有難うございました。今回は、高松市役所危機管理課の方をお招きして、大地震の際の対応、非常食の備蓄等の講演があり大変参考になりました。南海トラフ大地震が近々起きるとの報道もありますので、災害への備えをもう一度考えてみましょう。

11月20日  
3年ぶりの防災訓練



地域活動功労表彰

令和4年度 地域活動に貢献された方々の紹介です。

5月	交通安全功労者表彰 塩上町出請親交会	森 乃里代 様
6月	香川県公民館連絡協議会感謝状 福田町南部自治会	平田 英子 様
10月	香川県共同募金委員会 会長表彰 塩上町三丁目西の町自治会	河田 稔 様
10月	高松市環境美化推進運動功労者表彰 塩上町片町自治会	藤本 正則 様
11月	高松市共同募金委員会 会長表彰 塩上町三丁目中央自治会	荒木 克法 様
11月	高松市共同募金委員会 会長表彰 塩上町南部自治会	渡辺 勇二郎 様
11月	高松市共同募金委員会 感謝状 築地町自治会	中川 正博 様
11月	高松市共同募金委員会 感謝状 瓦中央自治会	玉垣 賢治 様
11月	高松市共同募金委員会 感謝状 御坊町第一自治会	藤井 隆博 様
2月	高松市コミュニティ協議会連合会表彰 塩屋町北部自治会	後藤 幸生 様
2月	高松市コミュニティ協議会連合会表彰 塩上町出請親交会	森 乃里代 様

いつも地域のためにご協力いただき有難うございます。

クリスマスも近づいたので、高齢者世帯の方に安否確認をかねて、ショートケーキをお届けしました。



高齢者も地域を支え合う  
まちづくり  
推進事業

12月8日(金) 9日(金)  
ケーキご愛訪問

築地地区社会福祉協議会



住所:〒760-0062 塩上町2-12-3-1006  
☎090-7146-2020  
担当地区:塩上町3丁目10-11-14~21.11(10~14以外)・14(11~17以外)

築地地区民生委員児童委員協議会名簿



お気軽にご相談ください

相談内容に応じて適切な関係機関による支援への「つなぎ役」になります。

ご存知ですか?  
民生委員・児童委員はあなたの身近な相談相手です。



住所:〒760-0061 築地町12-1  
☎821-5304  
担当地区:築地町1・5・6・9 塩屋町13~16



住所:〒760-0062 塩上町3-2-19  
☎821-7639  
担当地区:主任児童委員



住所:〒760-0054 常磐町1-4-9  
☎861-5353  
担当地区:常磐町1丁目1~10



住所:〒760-0061 築地町14-3  
☎831-3670  
担当地区:塩上町3丁目1~9・11(10~14のみ)・12・13・14(11~17のみ) 築地町13・14



住所:〒760-0048 福田町13-15  
☎821-6823  
担当地区:主任児童委員



住所:〒760-0049 八坂町1-3  
☎851-2698  
担当地区:八坂町・塩屋町8~10 福田町12~14



住所:〒760-0062 塩上町2-12-21  
☎831-4262  
担当地区:塩上町2丁目10~18



住所:〒760-0052 瓦町2-12-22  
☎831-6226  
担当地区:瓦町2丁目5~12



住所:〒760-0044 御坊町5-10  
☎821-7231  
担当地区:福田町1~7 御坊町3~8 塩屋町2~5



住所:〒760-0062 塩上町2-8-17  
☎831-8607  
担当地区:塩上町2丁目1~9



住所:〒760-0062 塩上町3-5-6  
☎837-5037  
担当地区:築地町2~4・7・8・12



住所:〒760-0045 古馬場町2-11  
☎821-7515  
担当地区:御坊町1・2・9・10 古馬場町1~7



住所:〒760-0052 瓦町2-2-16  
☎861-0501  
担当地区:瓦町1丁目7~13 瓦町2丁目1~4



住所:〒760-0048 福田町10-11  
☎851-0658  
担当地区:塩屋町6・7・11・12 福田町8~11 築地町10・11・15・16



住所:〒760-0062 塩上町1-5-2  
☎080-3928-0803  
担当地区:塩上町1丁目



住所:〒760-0045 古馬場町2-9  
☎831-0903  
担当地区:古馬場町8~15 瓦町1丁目1~6