



富熊地区統計データ  世帯数：1,486 戸  人口：3,683 人 (令和6年10月1日現在)



富熊コミュニティまつり 11月10日(日)



部会活動等の様子

コミュニティまつり

総務部

11月10日(日)、富熊コミュニティまつりが開催されました。綾歌中学校吹奏楽部、富熊小学校音楽クラブ、富熊保育所の年長児による発表で開会し、ステージでは生涯学習クラブの皆さんの健康体操、歌唱、踊り、ギター演奏など普段の練習の成果を発表しました。飯山高校の生花パフォーマンスは会場を一層華やかに盛り上げていただきました。また、玉入れ大会やじゃんけん大会は大変な盛り上がりとなりました。

展示コーナーでは、絵画、陶芸、手芸、書道などの力作が揃い、地域の子どもたちの作品も展示されました。

会場内では、富熊小学校PTAによる遊びの屋台、学校支援ボランティアつなぐ隊によるどんぐり工作、コミュニティ役員による火おこし体験、重さドンピシャのチャレンジコーナーが出店されました。

地域の皆様のご協力により今年も成功裏に終えることができました。ご協力いただきました皆様、ありがとうございました。

防災訓練

事務局・自主防災会

9月22日(日)午前8時30分から、南海トラフを震源とする地震の発生を想定した防災訓練を、富熊小学校で実施しました。自治会長や役員の方々を中心に61名が参加しました。あいにくの雨天で屋外の訓練は中止となりましたが、日赤、消防団、防災士の方々のご協力を得て、避難者カードの記入、三角布を使った止血法、竹竿を使った応急担架の作成及び搬送訓練、もやし結びなどのロープワークの訓練を実施しました。



あいさつ運動

育成部

「おはようございます」「おはようございます。今日も元気で」早朝から子どもたちの声と各種団体参加者の声が地域にこだまします。今年度も毎月20日にあいさつ運動が行われています。この運動は、小学校と保育所の子どもたちの登校・登園時に合わせ、各種団体が月ごとに交替して、児童会役員などの子どもたちや先生方も一緒に実施しています。小学校の児童たちは校門から何回も繰り返しながら、園児らは少し恥じらいながらも笑顔のキャッチボール。毎月20日、気持ちのいい朝を実感するひと時です。



海のない富熊で海ごみを考える

防犯環境部

10月20日(日)、さぬき市津田の海岸で海ゴミ拾いに参加しました。地域の人達や近くの高校生など、10人余りの参加でした。リーダーから簡単な説明の後、直径1インチ以上のプラスチック片や、空き缶、生活用品などを45項目の分別係数調査を行い、国際的な基準でゴミの分布を調べていると話でした。それから1時間程で、軽トラ数台分のごみを拾いました。漁具、養殖由来の物もありましたが、大部分は私達が日々使っている品物で、富熊の私たちも、瀬戸内の海に責任があると思えました。





部会活動等の様子

グランドゴルフ大会 体育部

9月28日(土)、ゆうとぴあ綾歌の多目的広場で、グランドゴルフ大会を実施しました。参加者26名が日頃の練習成果を發揮して和気あいあいとゲームを楽しみました。今回、部長の私が一般参加として練習もしないで参加して、8コースを回りました。打ち方によって強弱が難しく、結果として、当然のように参加者の中で最下位でした。今回のように多目的広場をもっと利用できるような活動ができるように皆さんの参加をお願いします。



敬老会

来年も大勢のご参加をお待ちしています。ほほえましい小学生の絵画の出展、役員の皆様のご協力ありがとうございました。余興では、春日家みつち様の落語を楽しみました。

生活福祉部

9月15日(日)、「敬老会」が開催されました。会長あいさつの後、松永市長(代理)、川池県議、香川市議よりご祝辞を賜りました。次に、富熊小学校児童の高井悠生さんと藤川燈真さんの心温まる作文朗読がありました。その後、会長より、参加者の中での最高齢者の横井義信様、横山好視様に花束の贈呈を行いました。最後に小路勝美様より当会の開催にご尽力された方々への謝辞がありました。余興では、春日家みつち様の落語を楽しみました。



生涯学習クラブの紹介

あやうた日本の歌

軽い体操と発声練習の後、小路先生のピアノ伴奏やソプラノの美声に聞きほれながら、「美しい日本のうた」の本の中から季節に合わせて選曲し、希望する歌を歌っています。周りの友の声に合わせて、思いつきり声を出して歌う時間は本当に楽しいです。みんなで声を合わせ、うまく歌えた時、心が一つになった喜びを感じることが出来ます。年に1回の発表会も私たちの励みになっています。

練習は、毎月第1火曜日午前10時から11時半まで、ゆうとぴあ綾歌で行っています。皆さんと一緒に歌いませんか。



親子料理教室

生活福祉部

8月18日(日)、親子料理教室を開催致しました。コミュニティに多数の応募をいただき、8組限定で元氣な親子が料理に取り組んでくれました。特に生春巻きの皮であるライスペーパーでフルーツを巻く作業は悪戦苦闘でした。料理は必ず結果が出る作業です。そのために子どもにも達成感を与えることができます。あるお母様は、完璧を求めず「うん上手」「すごいな」とポジティブな声掛けをしていたのが印象的でした。親子で楽しみながら思いやりや感謝の気持ちで育っていただければ幸いです。





学校生活のひとこま

あやうたこども園

楽しかった！秋の野山
あやうた地域にある山一木材へ遠足に行きました。山の中を散策すると、子どもたちは心惹かれるままに色づいた葉っぱや木の実、花を見付けて手に取り、袋いっぱい集めていました。「赤い葉っぱ取ったよ」「ドングリもあった」とたくさん発見がありました。広場では、お家の人が作ってくれたお弁当をみんなで食べて素敵な時間を過ごしました。これからも、身近な自然に関わる体験を通して、子どもたちの好奇心や探求心を育てていきたいです。



富熊保育所

獅子が来たよ！

秋晴れの中、地域の方が獅子舞を見せてくださいました。

大きい獅子頭、大きい太鼓や鐘の音に圧倒されながらも獅子に釘付けだった子どもたち。「楽しかった！」「また来てね！」と地域の方と会話をしたり、獅子に触れたりする微笑ましい姿が見られました。

伝統行事を経験する機会が減っている

中、このように子どもたちを大切に思い、様々な経験をさせてくださる地域の方に感謝の気持ちでいっぱいです。



綾歌中学校

合唱コンクール

10月4日（金）にアイレックスホールで綾歌中学校合唱コンクールを開催しました。

「綾歌城〜最響の城を築城せよ！〜」のテーマのもと、9月初旬から各クラスで練習してきた歌声をホールいっぱいに響き渡らせました。学年団の合唱もあり、迫力ある歌声を披露しました。



富熊小学校

学習発表会

11月9日（土）に学習発表会を行いました。各学年工夫をこらした内容で、子どもたちは、日頃の学習の成果を発表し、大きな声でお家の方に伝えることができました。六年生は富っ子学習で学んだ戦争について、今を生きる私たちに何ができるかを表現しました。最後に全校合唱で、美しい歌声を体育館に響かせました。



老 壮 会

秋の懇親一泊旅行

老壮会の懇親旅行が、11月5、6日に行われました。1日目の御在所岳は鈴鹿山脈の主峰でゴンドラ及び山頂からの眺望がすばらしかった。紅葉には少し早かったが、十分満足でき皆で記念撮影をしました。その後、夫婦岩で有名な二見興玉神社で伊勢神宮参拝まえの禊を済ませました。夜は鳥羽駅前の戸田家で御馳走とカラオケで楽しみました。

2日目は万事最も良い方へ“お導きに”なるという大神を祀っている猿田彦神社を参拝の後、伊勢神宮内宮の参拝及びおかげ横丁とかな

り歩きました。内宮ではバス6台で参拝にきている神社庁関係者の団体に遭遇し、さすがお伊勢さんと思いました。天気に恵まれ良い旅行でしたが、参加者が少なかったのが残念でした。次回は大勢の方の参加をお願いします。



お知らせ伝言板

綾歌交番だより

警察官を名乗る詐欺の電話に注意！！！！

丸亀警察署
電話 22-0110



県内において、警察官を名乗る詐欺の電話がかかっています。これは警察官等になりすました犯人が、自宅までキャッシュカードや現金を取りに来る手口に発展する可能性があります。
・個人情報や現金、キャッシュカードの保管状況、銀行情報、暗証番号
このような電話がかかってきても、話の途中で電話を切って丸亀警察署（22-0110）に電話してください。



市からお知らせ

はじめよう 減塩

★クイズ★

しょうゆラーメンに含まれる食塩は何グラム？

丸亀市健康課
電話 24-8806



食塩を多く取りやすい食習慣

- ハムやかまぼこなどの加工品をよく食べる
- インスタント食品をよく食べる
- 寿司や丼ものをよく食べる
- 野菜や果物はあまり食べない
- みそ汁やスープを1日2杯以上飲む

健康のための食塩摂取の目標量は
*男性：7.5g 未満
*女性：6.5g 未満
*高血圧の人：6.0g 未満
とされています
(厚生労働省 2020年版)



食塩摂取量を減らすためのコツ!!
・めん類の汁は飲み干さない
・調味料は「かける」ではなく「つける」

食べ物の食塩量を知ろう

普段口にしてる食べ物には意外と食塩が含まれています。「隠れた塩」をきちんと認識して、1日の食塩摂取量を上手にコントロールできると良いですね。



しょうゆラーメン 7.1g
(汁を含む)

クイズの答え

表面のクイズの答えは7.1g!!
ラーメンだけで女性の1日の食塩摂取目標量をオーバー、男性は残り0.3g(マヨネーズ大さじ1相当)の食塩しか取れないことに。



きつねうどん 5.6g
(汁を含む)



カップラーメン 4.9g
(汁を含む)



寿司1人前 2.6g



ロスハム・薄切り 0.4g
(2cm厚さ1枚)



焼き魚定食 4.5g



ミートソースパスタ 4.5g



照り焼きバーガー 4.2g



牛丼 2.7g

外食メニューは食塩量が多いので、回数や量を控えてみて!



資料:『塩分平わかり 第4版』(女子栄養大学出版部)

行事予定 令和7年1月～3月

1月		
8	水	あやうたこども園 富熊小学校・綾歌中学校 始業式
10	金	富熊コミュニティセンター 綾歌市民総合センター 介護予防体操13:30～15:00 農家相談9:00～11:00
15	水	富熊コミュニティセンター 竜山大学
21	火	富熊コミュニティセンター 健康相談10:00～11:30
23	木	富熊保育所 保育参観
2月		
1	土	富熊小学校 授業参観
5	水	あやうたこども園 保育参観
6	木	富熊コミュニティセンター 竜山大学
10	月	綾歌市民総合センター 農家相談9:00～11:00
14	金	富熊コミュニティセンター 介護予防体操13:30～15:00
18	火	富熊コミュニティセンター 健康相談10:00～11:30
3月		
5	水	あやうたこども園 お別れ遠足
7	金	富熊保育所 お別れ遠足
10	月	綾歌市民総合センター 農家相談9:00～11:00
11	火	富熊コミュニティセンター 健康相談10:00～11:30
14	金	富熊コミュニティセンター 介護予防体操13:30～15:00
18	火	富熊小学校 卒業式
24	月	あやうたこども園 富熊保育所 富熊小学校・綾歌中学校 修了式、離任式

富熊コミュニティセンター・ゆとぴあ綾歌休館日	
1月	1日、2日、3日、6日、13日、14日、20日、27日
2月	3日、10日、11日、17日、23日、24日、25日
3月	3日、10日、17日、20日、24日、31日

実施日の変更または中止の可能性があります。
正確には各学校園所、コミュニティセンターへの確認をお願いします。

表彰 おめでとうございます

丸亀市社会福祉協議会より、丸亀市食生活改善推進協議会会長の長谷川勝子さんが表彰されました。
おめでとうございます。



寄付金 お礼

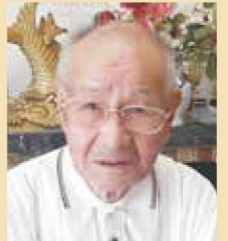
令和6年9月4日、富熊コミュニティ協議会に、富熊健康ゴルフ同好会様より 48,434 円のご寄付がありました。

大切に使用させていただきます。
ありがとうございました。



富熊の元気人 げんきびと 西沖中 横井義信さん 90歳

本年度コミュニティ敬老会の男性出席者で最高齢の横井さんは毎日、新聞を隅から隅まで2時間程かけて全ての記事に目を通されます。「読んでも夕方には忘れてしまいます。」と笑顔で話されていますが、様々な情報に触れることを楽しんでいるそうです。



以前は近所の友人とカラオケを公民館で練習したり、将棋を指したりとよくされていたそうです。宮総代などをはじめ色々地域のお世話をされて来られ、今は散歩やテレビ視聴、庭の草抜きなどをしながら健康に留意してお元気に過ごされています。
(聞き手：丸尾・金丸)

コミュニティ職員募集

富熊コミュニティ協議会では、職員を募集しています。

勤務場所：富熊校区コミュニティセンター
職務内容：地域のコミュニティ事業における管理・運営・受付事務など

勤務日：週5日
休館日：月曜日、祝日、年末年始

その他、勤務条件等については、富熊コミュニティセンターにお問い合わせください。



富熊校区コミュニティ協議会

761-2407 丸亀市綾歌町富熊 1192-1
TEL 0877-86-5224/FAX 0877-86-5230
Mail tomikuma-center@md.pikara.ne.jp
HP https://tomikuma-c1192.com/

