

まちづくり じょうほう まるごと



# 法の郷

コミュニティだより



— 令和6(2024)年1月 —

H A N Z A N M I N A M I



たつのおとしご(四国水族館)

## 今月のCONTENTS

- トピックス ..... 2
- ごあんない・エール ..... 3
- 躍動するはんなん・歴史探訪・スポット福祉 ..... 4

- 法の郷づくり・ふれあい交流室 ..... 5
- まちかど絆づくり・宝赤ちゃん ..... 6
- 生活だより ..... 7
- カレンダー・地域の様子 ..... 8

HANZAN  
MINAMI  
DATA

【世帯数】2,367 (前月比-1) 【人口】6,068 (前月比-14) 男 2,929 / 女 3,139

令和5年12月1日現在



# 令和6年 年頭のご挨拶



飯山南コミュニティ協議会

会長 進 和彦

谷が道に、池が道に、自然豊かな農村地帯から田園の街へと歩む大地、新春の陽光を受けて輝く法の郷 新年あけましておめでとうございませう。旧年中は、皆様には「コミュニティ諸行事に、積極的にご参加をいただき地域づくりを進めることができました。

「コミュニティセンター」は、地域の要望や課題解決に向けた地域自治に取り組む、まちづくりと生涯学習をすすめる地域皆さんの活動拠点です。

人が集まる仕掛けづくりの主たるもの、まちづくり事業は、ふれあい交流室で、本を通して人とひとがつながる出会いや生涯学習の場。「コミュニティ」だよりは、身近な地域情報や変わっていくまちの景色や、その時の出来事を、言葉と写真で届け、地域づくりへの関心と参加を促す役割を担っています。また、10月末の法の郷まつりでは、センターをメイン会場に、隣の法の郷公園でキッチンカー、マルシェ等 27店舗が集結、賑わいをもたらしてくれました。小・中・高校生による学校での学びの披露は、地域に活力をいただきました。東小川児童センターも、地域のみなさんのご協力により、市から指定管理を受け10年目となりしっかりと運営してまいります。

今、法の郷第四次まちづくり計画(令和6〜10年度)を進めています。スローガンを「みんなで育てる住みよいまち法の郷」と定め、(魅力ある法の郷らしさ)など6つのアクションプランも決まりました。合併後変わりない地域づくり基本理念「一人の百歩より百人の一步」住民主体の参加を促す合言葉です。

今年(辰年)、縁起の良い干支と言われ様々な願いを叶えてくれるだけでなく、あらゆる物事をいい方向に導いてくれる力があるといわれています。地域もそうありたいものです。結びに当たり、地域皆様方のご健勝、ご多幸をお祈りして年頭のご挨拶とします。

## 令和5年度 防災訓練

11月19日(日)、飯山南地区を3地区に分けローテーションで行われる防災訓練、今年(下法軍寺地区)を対象に行われました。自宅から一次避難所まで避難し、そこから飯山南小学校まで徒歩で避難します。

丸亀市危機管理課の松村防災アドバイザーから、地震についての体験談を交えた講演を聞いた後、実際に油火災の消火訓練や水消火器訓練、簡易担架訓練、土のう作りなどを体験しました。

参加者は「3年に1度の訓練だけでなく、消火器の使い方や油火災の消火の仕方を実際に試せるのはありがたい」「講演で30年以内の南海トラフ地震発生確率70〜80%と聞き、はっとした。地震から自分を守るための日頃の心がけや準備を聞けて良かった」等の感想がありました。先ずは自助、そして共助の大切さを感じる一日でした。



家族と一緒に成長する家、育てませんか?

**豊嶋建設株式会社**  
TOYOSHIMA

丸亀市飯山町下法軍寺808番地1  
フリーダイヤル 0120-197-007  
(代表 0877-98-3131)

FUJI この街に、あってよかった。

**ビッグワン丸亀**

丸亀市川西町1280番地1  
TEL 0877-57-2411

宅地建物取引 (売買・賃貸)

**大和地所**  
有限会社

代表取締役 香川 芳文  
丸亀市飯山町下法軍寺379-4  
TEL 0877-98-2626  
TEL 0877-98-2371

### 保健師の健康相談【申込不要】

【内容】血圧・体組成測定・検尿  
 【日時】1月18日(木) 9時30分～11時30分  
 【場所】第2会議室  
 【対象】市民  
 【準備】お持ちの方は健康手帳・健診結果  
 【問合せ】市健康課 ☎24-8806



### 健康ウォーク・ペタンク

月1回、大窪池ウォーキング(約5km)とペタンクを開催しています。皆さんと一緒に身体を動かしませんか。

【参加料】無料  
 【時間】ウォーキング：8時45分～ペタンク……10時  
 ●1月は日程が変更になっています。  
 1月21日(日) 第3日曜日  
 1月14日(日) 第2日曜日

#### サークルの紹介

### 手編クラブ

手先を使って自分好みの編地に挑戦！出来上がった時の喜び、また、プレゼントしても喜ばれます。和気あいあい楽しい時間を過ごしています。関心のある方は覗いてみてください。



【日時】毎週火曜日 9時～12時  
 【場所】多目的室2  
 【会費】1回500円  
 【申込問合せ】奥宮満子

### 法の郷にこにこ会

【内容】片山健次さんのギター演奏  
 ～癒しのひとときをあなたと～  
 【日時】1月13日(土) 10時～11時30分  
 【場所】多目的室  
 ※参加自由です。  
 ふるってご参加ください。

### 赤十字地域防災セミナー

災害から命を守るさまざまな方法を楽しく地域に密着した形で学びます。  
 【内容】家の中の危険・発見(家具安全対策ゲーム)  
 ・災害に役立つ応急手当 等  
 【日時】1月21日(日) 9時30分～12時  
 【定員】30名  
 【場所】多目的室  
 【申込・問合せ】コミュニティセンター

### ママの健康料理教室

【日時】1月24日(水) 13時～  
 【申込締切】1月10日(水)



【メニュー】



まんぱのけんちゃん飯



げんこつ給

教室に参加ご希望の方、どうぞお申込みください。

### 飯山中学校 ソフトテニス部男子

- 部員数：16人
- 活動：平日4日と土曜日
- 場所：飯山中学校テニスコート

「誰もが応援したくなるようなカッコいいチーム」を目指して日々活動しています。先日の新人戦では、個人戦で1ペアが県大会に出場することができました。試合に勝つため、仲間と高め合いながら、明るく元気に活動しています。ソフトテニス好きな私たちは、厳しい練習にも自分に必要なことだと前向きに取り組み、一生懸命頑張っています。来年度の総体では団体戦で県大会出場することを目指しているので応援よろしくお願いします。



### エール

Yell

### 飯山南保育所

### タネの観察 ～? (はてな)のタネ～

飯山南保育所の4歳児は、給食の先生にももらったタネを『?のタネ』と名付けて土に植え「何がでてくるんやろう?」とワクワクしながら毎日水をやり大切に育ててきました。そして『?のタネ』から芽が出てぐんぐん育ち、立派なピーマンができました。



また、3歳児は散歩で見つけたドングリを大事そうに持ち帰り「植えてみよう！トトロに会いたいな」と、ドングリを土に植えて毎日観察していました。ある日、ドングリから芽が出たのです。みんなは大喜び！タネの観察を通してワクワクする気持ちや感動体験など、子ども達と一緒に小さな命の始まりを大切に捉えていきたいと思います。





チャレンジ

# 躍動するはんなん

「中古品・不要品を

役立ちに変える」

## リユースマン丸亀



当店は、有限会社ウイルパワーが運営するリサイクルショップです。ウイルパワーは、平成5年に、岡山市一宮の、元醤油屋さんの40坪の倉庫でリサイクルショップをスタートした会社です。令和3年4月には、それまで使っていた店名「まんてがんセブン」を「リユースマン丸亀」に変更しました。これは、アメリカの消防士「ファイアーマン」

にちなんだ名前です。アメリカでは、消防士は市民から尊敬され、子どもたちのヒーローでもあります。私たちも、「リユースすることがカッコいい」と憧れられる存在をめざしています。

当店は、引っ越しや家の片付け、事務所や店舗の閉鎖や移転などで不要になった物を、清掃・整備し、次に必要としている方に気持ちよく使ってもらいたくためのお手伝いをしています。不要品は捨てればゴミですが、それを、再度活かすことができるのです。ひと昔前の婚礼タンスなどの大型家具は、今の住宅事情では置く場所が無く不人気ですが、東南アジアでは人気商品です。使用済みの食器や鍋なども、日本では需要がありませんが、必要としている国や地域へとつないでいます。

また、空き缶・古紙の分別回収も行い、リサイクルによって得られた収益金を障害者・高齢者雇用や福祉活動に役立てることで、「ゴミも分別すれば役立つ」ということを地域の方々とともに実践しています。



☎ 0877-98-7755

これからも、地域の皆様に愛されるお店づくりに取り組んでまいります。

### 歴史探訪

高野山真言宗弘憲寺

#### 《鎮守堂》

#### 【讃留靈王大明神】



※奉祀  
石川館 社殿整備整備 丸亀市飯山町 鎮座の讃留靈王神社氏子有志八名

### 【讃留靈王伝承記シリーズ vol.23】

桑島 和茂

【讃留靈王を祀る神社】

●香川県内鎮座十神社

●讃留靈王大明神【シリーズ NO.23 十一】

#### 高野山真言宗弘憲寺《弘憲寺鎮守堂》

鎮座地 高松市錦町二丁目二十九番地

- 南無讃留靈王大明神【讃岐国の神】
- 南無弥都比古之命【水を司る神】
- 南無火産比古之命【火を司る神】
- 南無金山比古之命【金を司る神】
- 南無金山比賣之命【金を司る神】
- 南無志那津比古之命【風を司る神】
- 南無志那津比賣之命【風を司る神】
- 南無埴山毘賣之命【土を司る神】

●讃留靈王とは

古事記に登場する人物で●建日見王「たけひこのみ」はまたの名●讃留靈王（とるれおつ）とされ、古代大和朝廷・第十二代景行天皇の命令を受けて、瀬戸内海であはれていた悪魚を退治し、讃岐の国を与えられ讃岐国を護つた伝承。

〔参考文献〕讃留靈王公風記抄 御聖と神社は丸亀市飯山町大下 法華寺・鎮座

## 福祉

### 福祉ママチャリティーバザーについて

丸亀市福祉ママ会議連合会では、次の日程で、チャリティーバザーを実施いたします。

【日時】令和6年1月20日(土)

9時30分～13時

【場所】丸亀市市民交流活動センター マルタス

チャリティーバザーでの収益は、在宅寝たきり高齢者友愛訪問をはじめ、高齢者・障がい者・児童福祉施設

へ友愛訪問を通じた「心豊かなふれ愛」を高める活動に活用しています。また当日はワークショップを設け、「防災用の笛」を作ってもらえるキッズボランティアを大募集しています。ぜひ皆様お誘い合わせのうえ、ご来場ください。申し込みは、丸亀市社会福祉協議会 地域共生社会推進グループ 石原 英和



昨年7月に、法の郷第四次まちづくり計画策定委員会(香川芳文会長)を立ち上げ、令和6年～令和10年の5年間のまちづくり計画が始まりました。本年3月の答申に向け、コミュニティ6部会で議論、37名の策定委員会で審議、決定します。

第四次まちづくり計画のスローガン「みんなで育てる 住みよいまち法の郷」とアクションプラン6項目は決まりました。現在、具体的テーマづくりに取り掛かっており、計画書は8割程度仕上がっています。

# Nori-no-Sato 法の郷 づくり

## 施策の体系図 アクションプラン→テーマ

スローガン「みんなで育てる 住みよいまち法の郷」

### I 魅力ある 法の郷らしさ

【総務環境美化部】

地域づくり  
環境保持  
法の郷公園

【ふれあい交流部】

コミュニティセンター活用  
まちライブラリー事業  
法の郷食堂班

### II 命と暮らしを守る 安全安心

【防災部】

防災

【文化育成部】

防犯・交通安全

### VI 市民参加 情報まると発信

【実行委員会等】

- (1) 法の郷いきいきまつり(いきいきまつり実行委員会)
- (2) コミュニティだより、ホームページ(広報委員会)
- (3) センターと公園(コミュニティ協議会)

### III ともに支え合い 健やかに暮らす

【福祉部】

高齢者対策

【ふれあい交流部】

児童・子育て支援

### IV 健康とスポーツで 元気いっぱい

【健康スポーツ部】

食生活の改善  
健康づくり推進事業

心の健康づくり  
運動習慣づくり

### V "楽しい"が見つかる 子育てと文化

【文化育成部】

学校支援  
生涯学習

地域づくり支援  
東小川児童センター支援

持続可能な具体的テーマ(SDGs)達成に向けて、地域一丸となって取り組むまち

## ふれあい交流室

いつでもカフェ



@HANZANMINAMI\_COMMUNITY

Instagram  
始めました!

絵本の読み聞かせや  
カード遊びをするよ。  
紙皿のコマにも  
ようをつけて  
回してみよう!

## 活用班

### ●ふらっと Tea Time ～小物づくり～

みんなで楽しい時間を過ごしませんか?  
お友達、ご近所さんと一緒にぜひおいでください。  
1月18日(木) 9時～10時  
締切り: 1月12日(金)  
参加費: 300円



### ●朝市・フリーマーケット

1月20日(土) 10時～12時  
地元農家さんの採れたて新鮮野菜!  
手作り小物・多肉植物・日用品など販売予定!

### ●パンの販売【にじいろベーカリー】

1月17日(水) 12時～



## まちライブラリー

### ●じどせんのおねえさんといっしょ

1月17日(水)  
11時～11時30分  
『冬の遊びを楽しもう』  
～お正月の遊びをしよう～



### ●移動図書館車かめまる号

1月10日(水)  
10時30分～11時30分

### ●法ちゃんくらぶ

1月20日(土)  
10時30分～11時30分  
『ウインターシーグラスで作ろう』  
募集人数: 10名(予約制)  
参加費: 220円

海で拾った宝石みたいな  
ガラスたち!  
何を作ろうかな?



### ●焼き菓子の販売【パン・焼き菓子工房らぼ】

1月20日(土) 11時～11時45分





健康ゲット



栗きんとん

きれいな黄色から黄金に見たてられ、縁起物で、おせち料理の定番です。

■材料(4人分)

- |                   |   |                    |
|-------------------|---|--------------------|
| さつまいも …… 1本(300g) | ① | 栗の甘露煮のシロップ …… 50ml |
| くちなしの実 …… 1個      |   | 砂糖 …… 大さじ5         |
| 栗の甘露煮 …… 12粒      |   | みりん …… 大さじ2        |

■作り方

- ① さつまいもは2cmの輪切りにし、厚めに皮をむき、10分ほど水につけてアクを抜く。
- ② くちなしの実を割り、お茶パックに入れる。
- ③ 鍋に①と②を入れて火にかけやわらかくなったら火を止め、くちなしの実を取り除く。
- ④ さつまいもは熱いうちにつぶし①を入れ、弱火でさらに練る。
- ⑤ ④に栗の甘露煮(栗は1個を四つに切る)を加える。
- ⑥ 冷めたら茶巾にする。

✚ 中方団地自治会

中方団地自治会は中方橋の北に位置しています。土器川の河川敷や堤防を散歩する折に、近くを通りかかる方もいらっしゃるのではないかと思います。現在44世帯が加入しています。



昔は、秋祭りに子ども会の太鼓台を出すなどしてにぎやかに活動していましたが、少子化のため行わなくなりました。また、餅つき大会も続けていましたが、数年前からは新型コロナの影響で中止しています。

現在は、年に1回の総会と、高齢者6~7人で集まり「1日会」といういきいきサロンを開いています。月に1回の「1日会」の活動では、絵手紙作り・折り紙・ラジオ体操・ゲームなどを、和気あいあいと楽しんでいます。

自治会長 斉藤 文広



法の郷人

No. 040 長尾 壽恵子さん  
安川自治会

娘さんと共に、日差しの暖かい新築のお母さんの家でお話を。穏やかな方、98歳です。

若い時は、プリンスメロン、マッシュルーム、菜花、レタス、いちごなど、市場に務めていたご主人の指示であらゆるものを作り、仕事に明け暮れていたそうです。娘さん曰く、寝ている姿を見たことがないと。

大正時代に東原で生まれ、戦後まもなく安川に嫁がれた壽恵子さんは、いつもにこやかで我慢強く良妻賢母のお手本のような方。4年前に大腸がんの手術をするまでは、剪定なども全部一人で行ってきたそうです。

現在は、週2回のデイサービスを利用しながら、お母さんの家に声をかけてくださる安川地域の人たちに心から感謝していると。そして、毎日笑顔になれる居場所を作り、見守ってくれている娘さんが心の支えだと。



宝赤ちゃん募集中



- 対象者 飯山南地区在住で、満3歳までの赤ちゃん
- 応募できる方 ・赤ちゃんの父母または養育者
- お申し込み方法 誕生月の前月1日までに、件名を「宝赤ちゃん」とし、下記の必要事項をご記入のうえ、メールまたは窓口へご持参ください。
- 必要事項 ・赤ちゃんの氏名(ふりがな)、性別、年齢 ・保護者の氏名、連絡先
- 応募メールアドレス  
✉ hannan-c@mf.pikara.ne.jp



### 丸亀市健康課からのお知らせ

最高血圧が140以上、最小血圧が90以上(病院での測定値)あれば高血圧と診断されます。高血圧になると血管の内側に傷がつき、血管が硬くなります。そして動脈硬化を起しやすくなってしまう。食塩の過剰摂取、肥満、飲酒、ストレスなどが引き起こす原因と言われています。無理のない減塩を心がけ、生活習慣を整えましょう。




### 【豆まき】1月29日(月)

暖かい春を元気で迎えられるようみんなで鬼退治をしよう! 申込みしてね。

### 【お知らせ】

1月28日(日)、丸亀市飯山保健福祉センターで行われる「まるがめ子育てフェスタ&にこにこひろば」に、児童センター職員がクラフト作りで参加します。みんなで来てね!




## 1月 2024 January

- 7日(日)…春の七草ってなあに?(要申込)
- 10日(水)…避難・消火訓練
- 13日(土)…図書館うさぎ つくってあそぼ!!《クラフト教室/干支のたつを作ろう》(要申込)
- 15日(月)…お正月遊びを楽しもう(要申込) (子育てひろば「たんぼぼ」といっしょに)
- 17日(水)…出前講座「じどせんのおねえさんといっしょ」(飯山南コミュニティセンターにて)
- 18日(木)…若がり体操(脳とからだ) トライアングル(要申込) (子育て相談:子育てひろば「たんぼぼ」と共催)
- 24日(水)…移動図書館かめまる号がやってくる
- 27日(土)…ファンタジー《創作紙芝居》
- 29日(月)…豆まき(要申込)

【2月初めの行事予定】

- 1日(木)…親子体操 トライアングル
- 3日(土)…マザーグース



東小川児童センター ☎(0877) 56-8778

### 土のう置き場が設置されました

台風や豪雨時に、より迅速・確実な災害対応を行うため、丸亀市消防団第17分団屯所の横に(飯山南保育所の西隣)土のう置き場を設置しました。必要とする市民の方は、24時間いつでも、誰でも土のうを取りに行ける体制となりました。

なお、土のうを持つていく際は、コミュニケーション開館時にお声かけください。また、シートは元通りにかけ直すようお願いいたします。



### 全国社会教育委員連合会 会長表彰

進 和彦さん

丸亀市社会教育委員(平成23年7月〜令和5年6月)。令和元年7月より5年6月まで丸亀市社会教育委員の会長。丸亀市第3次・4次生涯学習推進計画策定に尽力。

元中国四国農政局広島統計情報事務所長 昭和29年 旧農林省香川統計調査事務所入省 昭和62年 農林水産省作物統計課補佐 業務「農林水産業統計情報の作成提供」

### 瑞宝双光章 受章

高木 勤さん



### じんけんだより

#### 虐待通報ダイヤル「189」

「いちはやく」と覚えやすいこの番号は、全国共通の児童相談所への虐待通報ダイヤルです。

今、虐待で失われる子どもの命は、全国で1週間に1人の割合にまで増えています。気づいたら、ためらわずに行動することが大切です。

### 交番だより


#### 新年あけましておめでとうございます。

新年あけましておめでとうございます。昨年、様々なイベントが各地で開催され、活気に満ちた1年でした。

一方で、香川県内の人口10万人当たりの交通事故死者数は全国ワースト上位であり、住宅侵入盗・車上ねらい・自転車盗等の盗難被害、架空料金請求詐欺等の特殊詐欺被害が増しました。

これらの交通事故や犯罪被害を未然に防ぐために、今年もこのコーナーで情報発信を行います。皆さんが安心して良い1年を過ごせるよう、飯山交番勤務員一丸となって頑張りますので、本年も皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

警察相談電話 ☎ #9110  
飯山交番 ☎ 98-2029



1月	休館日 元旦4社めぐりおめでとうウォーク
2月	休館日
3月	休館日
4月	・仕事始め
5月	
6月	
7月	・丸亀市「二十歳の成人式」アイレックス
8月	成人の日 休館日
9月	・あいさつ運動(総務環境美化部) 休館日
10月	
11月	
12月	
13月	・にこにこ会 P.3
14日	・健康ウォーク・ペタンク P.3
15月	休館日
16日	・市長と語る会

17日	・いきいき講座 ・じどせんのおねえさんといっしょ P.5 
18日	・健康相談 P.3 ・ふらっとTea Time P.5
19日	・介護予防のための体操教室
20日	・朝市・フリーマーケット P.5 ・法ちゃんクラブ P.5 
21日	・赤十字地域防災セミナー P.3 ・にじいろカフェ
22日	休館日
23日	
24日	・ママの健康料理教室 P.3 
25日	
26日	
27日	
28日	・まるがめ子育てフェスタ&にこにこひろば P.7 (福祉センター)
29日	休館日
30日	・南小昔のあそび
31日	

2/3 土 ・南小防災訓練・防災学習

地域の様子

## 健康寿命は口の健康から

私は、60代後半までは歯科治療が苦手で出来るだけ避け、ほとんど歯科医院には通院していませんでした。疲れて体調不良になれば歯茎が腫れて口内炎の繰り返しでした。歯の定期検診の必要性を感じ、かかりつけの歯科医院を持ち、歯のケアをするようになり、先日、8020運動達成者として丸亀市歯科医師会から表彰されました。今は、30本健在の歯を大切に健康管理に努めていこうと思っています。

①舌のストレッチ(よくかみ、よく飲み込めるように)  
口の周りの筋力アップを紹介します。

・あいうべ体操(あぐべを1セットとし、1日30セットが目安)  
あ〜…い〜…う〜…べ〜…おおげさこ

・パタカラ体操(食べる前の準備体操)  
パパパ タタタ カカカ ラー体操

②だ液腺マッサージ(口の渴きを防ぎだ液が増加)  
・耳の下、あごの下、あごの真下のマッサージ

③飲み込みを元気に  
・ベロ出しゴッソ体操

④食事のときは椅子に深く座り、背筋を伸ばして良い姿勢で

⑤口の清潔度をキープ  
歯磨き時には歯間ブラシ(舌は専用ブラシ)健康寿命は口の健康から。かかりつけ医を持ち、口腔ケアに努め、健康な生活を手に入れましょう。

(文責 進 和彦)

[発行・編集]

飯山南コミュニティ広報委員会

飯山南コミュニティセンター

〒762-0084 丸亀市飯山町上法軍寺1010-1 Tel・Fax 0877-98-2200

<https://hannan-c.net/>

飯山南コミュニティ協議会

