

合会会長を引き受け、早や一年が過ぎようとしております。その間、事務局金原保氏、亀友会会长勝武征男氏、真亀体協会長松本孝男氏他多くの方々のご協力を得て何とか職務をまつとう致しているところです。

## 平成二十八年度を顧みて



真龜学区自治連合会

會長 廣澤 勝則

真亀学区の皆様には清々しく新しい年を迎えたことと心よりお慶びを申し上げます。昨年は思わぬ事情から高く新規化のため選手選考に苦慮する等で中止してはとの意見もあつた。

齢の上に自治活動も平成二十三年以來開わつていなかつたため戸惑いもありながら自治連合会会長を引き受け、早や一年が過ぎようとしております。

その間、事務局金原保氏、真亀友会会長勝武征男氏、真亀体協会会長松本孝男氏他多くの方々のご協力を得て何とか職務をまつとう致しているとこ

しかし日頃、近隣との触れ合いも少ない事柄を考慮し実施しましたが、それなりの効果はあつたと思うところです。六月に入り、真亀自治連合会発足四〇周年に当たり記念行事を安佐北区区長を始め多数の来賓をお迎えし盛大に出た事は、住民の皆様を始め今日まで献身的に活動戴いた

今日まで献身的に活動戴いた多くの先輩諸氏のお陰と感謝

いたすところです。

真亀夏祭を八月六日小学校

発行  
真亀自治連合会  
真亀地区  
社会福祉協議会

グランドを中心に松本実行委員長のもと二十八万二七八円の総経費で行つた夏祭りであつたが地域の皆様の触れ合へこそがつとめておられます。

毎年恒例のもちつき会を平成二十八年十二月九日（金）に亀友会の方々の御協力の元

緒に、ひとりずつ杵を持ち、おもちをつきました。はじめて持つ杵の重さに驚きながら、「よいしょ！よいしょ！」と声をかけられ、39名全員がつくことができました。

## もちつき大会

真龜保育園

つきたてのおもちは、すぐ  
に湯通ししてきなこをつけて  
いただきました。「おいし  
い！やわらかい！見て、こん  
なにのびたあ！」と大喜びの  
ことどもたち。しつかり味わつ  
てゆつくり食べました。

亀友会の方には、最後の旨  
付けまで手伝っていただき、  
楽しい会が終わりました。

当日は、朝早くから亀友会の方々が、かまど係、おもむち係に分かれ、手際よく準備をしてくださいました。

年長組は、亀友会の方と一緒にともだち。数えきれないほどのおもちができました。

## 真亀東自治会防災訓練

昔から地震・雷・火事・親父と怖い物の代表である地震。また、災害は忘れた頃にやつて来ると言わされておりまですが、昨年は、忘れた頃どころか、頻繁にやつて来た感がありました。

### 4月14日の熊本地震。

10月21日に発生した鳥取県中部地震は記憶に新しい所です。また、南海トラフで起る巨大地震の危険性は日増しに増えている状況です。

瓦礫からの救出方法

そんな折、真亀東自治会では、11月27日に安佐北消防署

は、瓦礫からの救出方法

救助者の救出方法について説明を受けました。続いて、水消火器を使っての消火訓練。竹竿と毛布を使っての担架の作り方。負傷者への応急処置骨折の手当等、地震が発生してから、倒壊建物からの救出。

初期消火。応急手当をして、負傷者を担架で搬送して、避難状況の確認を行う所まで訓練しました。実災害は、待つた無しに容赦なくやってきます。

災害による被害を少しでも軽減するため、今後も訓練を続けてまいりたいと思います。

この会の後、子どもたちは「昔遊びの名人」に向けて、生活科の時間や休み時間に張り切って練習をし、1月末には保育園や幼稚園の園児を招待して、亀友会の方から学んだ「昔遊び」を教えたり、1年生の生活を紹介したりする「まがめなかよし会」を行いました。

高陽出張所の協力を得て、防災訓練を行いました。あいにくの小雨の中、役員の車のク

## 真亀小1年生と昔遊びの会開催!

ラクションを合図に避難訓練を開始しました。役員と班長で一軒一軒回って、避難した世帯。しない世帯。留守世帯等を分類して、真亀小学校の体育館へ避難して集計し、自治会の避難状況を確認しました。次に、高陽救急隊の栗栖隊長から、倒壊家屋からの要救助者の救出方法について説明を受けました。続いて、水消火器を使っての消火訓練。



竹竿と毛布を使っての担架の作り方。負傷者への応急処置骨折の手当等、地震が発生してから、倒壊建物からの救出。

初期消火。応急手当をして、負傷者を担架で搬送して、避難状況の確認を行う所まで訓練しました。実災害は、待つた無しに容赦なくやってきます。

この会の後、子どもたちは「昔遊びの名人」に向けて、生活科の時間や休み時間に張り切って練習をし、1月末には保育園や幼稚園の園児を招待して、亀友会の方から学んだ「昔遊び」を教えたり、1年生の生活を紹介したりする「まがめなかよし会」を行いました。

### 味で評判

寿司と会席 宴会も  
出前も迅速にします

魚喜寿し  
TEL.0842-0883-6770番

### 美容室

on d o hair

安佐北区真亀3-14-5  
定休日：日曜日・火曜日  
予約優先制  
TEL 577-4926

ご家族・ご友人と集いに



海のさち 山のさち  
AYAYA

広島市安佐北区亀崎1丁目210

フジグラン高陽グレメアベニュー

TEL.082-843-5806

## ふれあいクリーン大作戦

広島市立落合中学校

教頭 渡邊 陽一



年末恒例の地域清掃「ふれあいクリーン大作戦」が12月18日の日曜日に行われました。落合中学校も部活単位で1、2年生を中心に多くの生徒が参加しました。

地域を歩くといろいろと新たな発見があります。「落ちているゴミの多くはポイ捨てされたたばこの吸い殻だ」とか、「公園内にもお菓子の袋がたくさん捨てられている」など気づきもありました。

また、地域の大人の方々と学校周辺でゴミ拾いをしていきます。

生徒が地域の大切な存在として感謝の気持ちを持ち、これからも育つていってほしいと願います。

歩く事にも大きな意義を感じます。「学校はどうや?」「部活は頑張っているのか?」とあたたかい言葉をかけていた

地域で生活しているものとや自尊感情も高まったのではあります。

落合中学校はもう10年以上

も「ちょこっとボランティア(ちょこボラ)」という取組を続けています。「背伸びをせず、自分のできることを積極

的にしていこう。そして奉仕の精神を培おう。」という趣旨でスタートしました。毎月一度のボランティア活動は、すべて生徒会が企画を行っています。

パトロール時に、火気や、子どもの夜遊びなどに留意しつつ、メンバーと午後八時(午後九時の約一時間、寺迫公園コースを担当させていただ

タ)ふれあい広場に集合し、二班(恵下山公園コース、寺迫公園コース)に分かれて巡回しました。

## 年末防犯パトロール

真龜南自治会

防犯委員 谷川 公栄

事もなく終了しました。参加して思ったことは、何もないのが一番良いと言うことです。

今回、特に目立った出来事もなく平穏な二月を迎えられ、真龜地区の平和を感じました。

防犯パトロールをして、何事もなく平穏な二月を迎えられ、真龜地区の平和を感じられた一日となりました。



## 明日の教育・文化に貢献する

営業品目／帳票・新聞・書籍  
カタログ・チラシ  
シール

立教総合印刷

本社事務所

TEL (082) 232-1330  
高陽営業所 広島市安佐北区高陽五丁目30-7  
TEL (082) 843-3666

きっとお役にたちます！  
あなたのキモノコンサルント

**森田屋**

美術染織(有)

安佐北区真龜3丁目18-8  
**842-3001**

いつも、「うれしい」が新しい。

**FUJI**  
GRAND

フジグラン高陽  
広島市安佐北区高陽1丁目1番6号 082(843)5111  
<http://www.the-fuji.com>

## 初の順延 今年の「とんど」

昨今の天気予報は詳細に報

じられ、よくあたります。

連合会主催の「とんど」は発足以来、一度も雨に見舞わ

れた事はありません。が、ど

うした事でしょ。今年は違

います。前日の竹伐り作業の

時点で明日の雨は予想されて

おり、小学校のグランドに運

び込んだ材料には、雨よけ用

の一番大きなブルーシートを

掛けておきました。翌日は案

の定、夜中から続く雨で、と

ても実行に移せそうにありま

せん。実行委員の方々の相談

により、明日（一月九日）に

順延する事にして散会しまし



れますように…。

真亀自治会 S生

た。が、発注している品々は容赦なく届けられるし、小学校としても運動場を利用する

計画が有り、九日に実施する

より他は無く、薄水を踏む思

いで帰路に着きました。

いよいよ当日です。天気予

報は、祈る気持ちとは裏腹に

「午前中小雨が残る」の通り、

支度から式典が終わる頃まで

降り続き、いざ「着火」とな

ると「藁に火が点かんのう、

やつぱり湿つとるんかのう」

係りの人は難儀をされました

が、一旦火が点くと何事も無

かつたよう燃え上りました

た。参加して下さった方々も

心配そうに見守っておられま

したが、安心してか、歓声で

喜びを伝えて下さいました。

天候の加減もあり、例年よ

り少し早めに開始したのです

が、来賓をはじめとして、参

加して下さった老若男女も雨

にも負けずに立ち向かって下

さり、主催者側から「有難い

のう」と云う声が聞こえてお

りました。次回は天候に恵ま

りますように…。

キ、ワクワクしながら、みんな楽しんでいました。

結果が発表され、喜ぶチー

ムや悔しがるチームもありま

したが、参加した全員に手作

りのメダルとおみやげが配ら

れ、笑顔で幕を閉じました。

そして、真亀児童館へ移動

し昼食をいただきました。朝

早くから、みらい子育て真亀

クラブの皆さんで作っていた

だいた豚汁とおむすびが用意

されていました。子どもも大

人もたくさんおかわりし、体

も心もポカポカになりました。

年生の年男年女さんが、落花

年生をまき、豆まきをしました。

みんな必死になつて豆を拾い

集めていました。年の数だけ

食べて楽しく終わりました。

地域の方々とふれあえて、

とても良い行事だと思ひます。

また来年もたくさんの子ども

たちや大人に参加してもらいたいです。みらい子育て真亀

高陽ニュータウン 不動産の  
売買・賃貸・リフォーム

(株)広島県住宅管理センター

亀崎1-2-4 もみじ銀行2F  
電話 843-3111



鉄板ダイニング 玉藏  
〒739-1742 広島県広島市安佐北区亀崎1丁目1-6  
TEL・FAX 082-843-7003

**高陽中央病院**

整形外科 消化器科  
循環器科 リハビリ科  
内科 眼科

電話: 082-842-0002

デイサービス  
**うかれいの里**

電話: 082-842-8270

皆様の思いのお手伝い…  
「生きがい」「ふれあい」「支えあい」

広島市安佐北区落合5丁目1-10

## 「福寿会」忘年会の開催



去る十二月十日（土）に二十八年度、福寿会の忘年会が開催されました。当日は薄曇りの寒空の中ではありましたが、真亀集会所には五十六名の方にお集りいただき、盛況に会がとり行われました。

会は井藤民生委員の司会進行で、廣澤連合会長の挨拶、社協、勝武顧問による乾杯のご発声によりスタートしました冒頭、真亀地区社協、金原

会長より、現在高齢の方を取り巻く住環境問題等について

貴重なお話の後、新、民生委員の辻様と他六名の民生委員の紹介があり、会はカラオケ大会、伊藤澄子様による日本舞踊の演舞と続きました。そして最後は、恒例のビンゴゲームで、大盛況のうちに幕を閉じました。

終始笑いの絶えない会でしたが、「笑う門には福来たる」福寿会でありたいと思いつつ会員の皆様がいつまでも「元気年齢」を重ねられるこ

とを願っています。

真亀二丁目 飯泉 真樹

次のお話をいただきました。  
全国二位の高齢化率、三十

## 真亀学区公衛協主催の「健康教室」を開催

今年も二月一九日（日）、

健康教室で初笑いを楽しもう

と総勢六一名の観客を集めています。真亀においては四十%を超える時代が目の前まできている。九十五歳を超えて（わしや高齢者じゃない）と

事、年を取つたら腰が痛くなる、足が弱る、肉を食べないから、タンパク質で筋肉を維持することも大事等。

特に「憧れのハワイ航路」に始まり、続いて御当地ソング、最後は「ピンピンシャンシャントンコロリ」で大合唱となりました。参加者の皆さんには、なつかしい昭和歌謡と「さだまさし」の名曲NHK鶴瓶の家族に乾杯のテーマ曲など、会場には笑いと笑顔がいっぱいでした。

このたびの企画は、参加者の皆さんの健康増進につながり、非常に役に立った催事と思つた次第です。

さて、開催の日曜日は明るい日差しで、春がすぐそこまで着たような『春和景明』の

鳥取、岡山と続き、広島県は二十八%、そして真亀は三十%。真亀においては四十%を超える時代が目の前まできている。九十五歳を超えて（わしや高齢者じゃない）と

事、年を取つたら腰が痛くなる、足が弱る、肉を食べないから、タンパク質で筋肉を維持することも大事等。



### 医療法人・社団みずほ会

## 高陽歯科医院

受付時間

平 日 AM 9:00 ~ 11:30

PM 1:30 ~ 17:30

土 AM 9:00 ~ 11:30

PM 1:30 ~ 16:30

日・祭日 休 診

☎ 842-2688

診療時間 朝8:00~夜 6:00まで

木・土 朝8:00~昼 1:00まで

日 朝9:00~昼12:00まで

**i ひでした** **クリニック**

肥満治療・リハビリ・デイサービス・健康診断

広島市安佐北区口田3-31-11

フリーダイヤル 0120-65-0211

<http://www.ideshita.clinic.jp>

「花は贈り手に七番をのこす」  
個性的なデザインと  
花持ちのよさで  
皆様に喜ばれている  
花屋です。※7月移転しました

rin

ロード 4-1-1 tel 082-516-7487  
マックスバリュ「城ヶ丘団地」店  
営業時間 10:00~19:00 / 日・祝定休  
<http://87rin.com> Facebook @87rin

高麗地圖老連

芸能発表会に参加して

毎年恒例の高陽地区老人クラブ連合会主催の芸能発表会が、去る二月十九日に高陽公民館で盛大に開催されました。

高陽地区丸学区の芸達者の方々が、和太鼓、カラオケ、県民謡、日舞、フラダンス、フラメンコ等々、それは大変すばらしい発表会でした。



真亀亀友会からは、ハーモニカ演奏、カラオケ合唱で、歌声サークルの四名が発表さ

れました。歌と踊りでは、民謡サークルの四名が発表されました。真亀亀友会からも多数のみなさんが応援に参加されていました。

発表された方や、応援に参加された方が真亀福祉センターに集まり、慰労会を行いました。会では、参加された方がから発表されたみなさんにあたかいはげましの声が多く出ました。歌謡サークル共、毎週真亀集会所で練習をされています。



真龜劍心会鍊成会

去る二月五日、寒さ厳しいこの時期、毎年恒例の真亀剣心会剣道練成会を真亀小学校体育館にて、真亀小学校水泊校長はじめ多数の来賓の皆様にご出席いただき、招待道場十四団体の諸先生方と剣児童を迎えて盛大に開催させていた

だきました

親睦を兼ねたこの鍊成会は、指導員対剣児の打ち込み稽古や交歓試合等を行い、会場は寒さを忘れる程に熱気であふれ、日頃の稽古で鍛えた技と力を存分に發揮し、熱戦を繰

練成会後は剣心会の保護者が用意したあたたかなうどんを、親睦を深めた招待道場の剣児、指導者の先生方、保護者の皆様と共にお腹いっぱい食べていただき、その姿は微笑ましく、和やかな雰囲気のうちに練成会を無事に終えることができました。

これも偏に地域の皆様、諸先生方、先輩方、保護者の皆様のご協力のおかげと感謝しております。この場をお借りして厚く御礼申上げます。

して厚く御礼申し上げます  
真亀剣心会では他にもバーゲンユースや忘年会等子ども達が楽しめるイベントも行っています。特に今年度の忘年会では子ども達の提案で腕相撲

やクイズ大会、ピコ太郎の振付でみんなで踊ったり、とても楽しい時間を共有しました。来年度は四十周年の節目の年となります。真亀剣心会では厳しくも楽しい時間を共に過ごし成長していく仲間を募集しております。真亀小学校の体育館に是非一度見学にお

真龜劍心会 中谷

# 増改築・不動産なら **Refine高陽**

高陽 ニュー タウン 病院  
☎ 843-1211  
老人保健施設  
さんさん高陽  
☎ 845-1211

進物・和洋酒・タバコ・米・清涼飲料  
バスカード・定期券・回数券・灯油  
毎週金曜日朝市 いずれも配達いたします  
安くて新鮮生花有ります

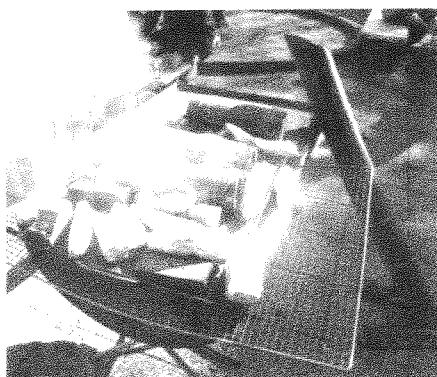
広島市安佐北区真亀三丁目2番5号

有限会社 **五十六屋**

電話842-0122  
0188←FAX共通

## 真亀一丁目の忘年会

佐々木 桂一



真亀一丁目は、毎年町内の親睦を図るために、四月に「竹の子まつり」、七月に、「うめん流しと焼肉、スイカ割りなどの「納涼会」を行い、一二月に「忘年会」を行います。「忘年会」は、寒い中でも、一丁目集会所の広場で野趣に富んだ料理を楽しみながら、一丁目の懇親を深める他に、テニス仲間など一丁目意外の人達も参加して、賑やかな交流の広場となっています。

忘年会は、竹酒の乾杯で始まります。竹酒と同じように、焼酎も竹に入れて燗をすると、

子どもたちには、焼き芋づくりを手伝つてもらいます。湿らした紙を巻いて、その上にアルミホイルを巻くことで、芋全体がホクホクに焼きあがるため、子どもだけでなく大人も大喜びです。

「忘年会」でしか食べられない物があります。それは、「竹筒料理」で、塩麹に漬けた鶏肉、キャベツ、しいたけ、しめじ、ニラを竹筒に詰めて、直火をさけながら三〇分焼くと、竹の香りがする逸品の出来上がりです。

マグロのステーキやおでんは、年によつては違う料理になることもありますが、昨年のおでんで一番人気は「たこ」、二番人気は「しいたけ」となりました。

寒くとも野外で行う最大の理由は、牛ヒレ肉の網焼きのためです。最後に焼きますので、食べられる余力を残しておることが、参加の極意です。

竹の水分が混ざりまろやかになりますが、飲み過ぎには要注意です。

## 真亀体協活動報告（9月～11月）

校庭解放委員会

2／18 真亀小学校体育館

11／27 安佐北区剣道大会団

1／15 口田剣友会創立60周年記念大会

位（中山・山本・上田）

中山・内谷

中学生の部

3

ワックス掛け開催

2／17 ユアーズカップ

12／18 安佐北区剣道大会団

3位（水戸・

中山・内谷）

中学生の部

3

位

（中山・山本・上田）

中山・内谷

中学生の部

3

位

## 各種団体の行事予定

各団体の行事について  
別表の団体長におたずね  
ください。

団体名	三月	四月	五月
亀友会	定例総会		
学区子ども会			
真亀地区社協	みらい子育て 真亀クラブ		
自治連合会	花でかざろう 花でかざろう の会	春のお茶会	
3/4定例会	けやき祭り打合せ 花祭り準備	地区パトロール	
まつり	舟入むつみ園慰問	地区パトロール	
4/23まがめ花会	けやき祭り餅つき	入学おめでとう会	
4/8連合会総会	草取り	総会	
第一回定例会	船入むつみ園慰問	総会	
4/1新旧会長	チュー・リップ球	総会	
5/6定例会	草取り		
	チュー・リップ球		

忘れない私を見守る優しい日

自治連合会  
3/4定例会  
まつり  
4/23まがめ花会  
4/8連合会総会  
第一回定例会  
4/1新旧会長  
5/6定例会

四月二十二日(土)午前十時～午後四時、二十三日(日)午前十時～午後三時まで真亀公民館で開催されます。  
今日は、第三十回記念式典が行われます。落合中学校・高陽高校の吹奏楽部演奏と書道部の記念イベントがあります。

今日は、第三十回記念式典が行われます。落合中学校・高陽高校の吹奏楽部演奏と書道部の記念イベントがあります。  
致しますので、事前に申し込

### 第三十回けやき ふれあいまつり

すので是非見にきて下さい。

真亀社協は、二十一日(土)

に餅つきを行います。六個入り四百円で販売致しますのでよろしくお願い致します。

花でかざろう真亀の会は、

二十三日(日)に、花の寄せ植えと、展示販売を致しますので、宜しくお願ひ致します。

寄せ植えは、チラシを配布

けやきまつり実行委員

金原保

けやきふれあいまつり(公民館)に協力

### 第30回まがめ花まつり



ごあんない

今回のまがめ花まつりは、テレビでおなじみのガーデニングデザイナー、豊平藤井農園にお願いして、「寄せ植え」コーナーを開催いたします。例年通り花木の即売会、活動写真展示会なども開催いたしますので多数ご来場ください。

# 花の寄せ植え



とき／4月23日(日)午前10時～午後2時30分  
ところ／真亀公民館前広場(雨天決行です)

実演コーナー(講師で説明指導)

午前10時30分より(15名)

先着順受付です。希望者はお早めにお越し下さい。  
ガーデニング材料費は、1,500円(花の会で500円負担)  
1人1,000円です。(予約も受け付けます)

おしゃれな…



# 花

美しい町づくり…第30回まがめ花まつりは、真亀公民館まつり会場で開催されます。  
ご家族おそろいで、多数のみなさんのご参加をお待ちしています。

主催／花でかざろう真亀の会  
真亀自治連合会