

まがめだより

発行

真亀自治連合会
真亀地区
社会福祉協議会

「国勢調査」について

このたび、令和二年国勢調査の実施に当たり、皆様に国勢調査のお願いをいたしました。

まさには「みんなで作る日本のため」(データ)「なので

国勢調査は、統計法に基づき、日本に住んでいるすべての人・世帯を対象とする国の最も重要な統計調査で、大正九年の第一回調査以来五年ごとに行われており、令和二年に実施する調査はその二十一回目に当たり、実施百年の節目を迎えております。

よって決められた方法で調査を行うことが最も重要なことです。

令和二年国勢調査は、人口減少、少子高齢化社会を迎えた日本の未来を描く上で欠くことのできないデータを得るもので、一人の漏れもなく正確な調査が必要なのです。今回、重要な調査員として

地域の調査から調査書類の配布をさせていただきました。回収までを行いました。

国勢調査によって得られる様々な統計は、国や都道府県・市区町村で行う行政の基礎資料として利用される他、学術、教育、企業などの幅広い分野で利用され、私たちのより良い暮らしや住みよい街づくりを活かされていきます。

この度は、インターネット、郵送、調査員回収とありましたが、インターネット回答していただいた世帯が多かったように思えました。

今回の調査で地域の皆様とお話する事ができました。その中で気がつきましたのは、高齢になられた世帯、一人暮らしのお宅、居住のないお宅が思ったより数多くある事に気がきました。

今後、増々高齢化が進み、地域内での「ふれあい」「たすけあい」を加速させ、地域を地域の皆様で守っていかねばならないと感じております。

今回の国勢調査は、全国で一億二千七百万人、約五千三百万世帯にのぼると予想されます。

全国・都道府県・市区町村別の人口・世帯数の速報結果につきましては、令和三年三月に公表されます。ご協力ありがとうございました。

国勢調査員 秋田辰二



真亀学区献血会

去る9月27日(日)、真亀学区献血推進協会の主催で、真亀公民館において「献血」が実施されました。

今年は、新型コロナウイルス

の影響で、密集や密接を避けるため献血に関する行事はすべて、公民館前の広場で行われました。当日は、大型商業施設の利用者も少なく、献血への協力者があまり期待できませんでしたが、協力者は50名もおられ、参加された方々、誠にありがとうございました。

今年は、新型コロナウイルス感染症拡大の影響により献血協力者が減少しています。医



療に欠かせない輸血に使用される血液は、すべて皆さまからの善意の献血によって確保されています。血液は人工的に作ることができませんので、医学が進歩した現在でも多くの血液を必要としています。

しかし、近年少子化が進む中で献血者が減少し血液が不足しがちです。さらに、真亀学区も他の地域と同様、高齢化率が高いので、今後は高齢者の方への献血は期待できませんので、高校生など若い方に、是非とも400ml献血に協力して頂きたいと思っております。よろしくお願いいたします。

これからも、真亀学区公衛協会は、地域の清掃活動(12月実施予定)や健康教室(来年2月実施予定)など、よりよい活動を行う予定ではあります。新型コロナウイルスの感染状況をみながら各種行事を実施していきたいと考えております。今後とも地域の皆さま方にはより一層のご協力のほどよろしくお願いいたします。

真亀学区献血推進協会の
真亀学区公衆衛生推進協議会

第42回真亀保育園運動会

真亀保育園
園長 松川 美香

今年度はコロナ対策を施し、年少・年中・年長組の入れ替えて運動会を開催しました。年少組は、大好きな先生と一緒に体操・かけっこ・運動あそび・親子体操を行い、膝を曲げながら懸命にリズムをとるかわいい姿は、とても微笑ましいものでした。年中組は、跳びはねるようなダンス・かけっこ・運動あそび・親子競技を行いました。運動遊びでは長縄くぐりになかなか勇氣が出ないAくんの手をそっと友達がつなぎ、



一緒に走るむける感動的な場面もあり、友達に支えられて頑張る姿に胸を打たれました。最後は年長組。今年のオリンピックは2つのバールンを使い、華やかなものとなりました。自信たっぷりな運動あそびやフープ競技。

そして親子競技では、逃げる子どもを真剣に追いかけるお父さんの姿に大きな拍手。親子の楽しい時間となりました。最後はリレー。「心をひとつに」を合言葉に走りぬく年長児の真剣なまなざしに会場中が感動しました。コロナ禍で人との距離をとる中、この運動会では友達同士で支え合う「心のつながり」がたくさん見られ、子ども達の成長を感じることができ、とてもうれしく思いました。これから子ども達の心に寄り添い、大切に見守っていきたいと思います。今後とも地域の皆様のご支援をよろしくお願ひします。

真亀小学校運動会

九月二十六日に本校第四十四回運動会を開催しました。今年度は新型コロナウイルス感染拡大を防ぐため、様々な点でこれまでとは違った形での開催となりました。出場は個人走と団体演技の二種類のみ、声を出しての応援はしないなど児童にとっても多くの制約がありました。しかし、どの子も自分の力を発揮し、「心を一つにきせきを起こそう 優勝めざせMAGAME2020」とスローガンに掲げたように全員の心が一つになった運動会となりました。



元氣いっぱい、楽しそうに表現していました。中学年の演技は、「舞い踊れ! MAGAME2020」。長いはちまきとはつぴを翻しながら、力強く踊りました。高学年の演技は「stand up! 輝く未来へ」。鮮やかな四色の大きな旗を巧みに動かした表現の後、個人の身体表現を集団としてのまとまりある表現につなげました。さすが高学年と思える立派な演技でした。また、六年生は最高学年として準備や片付け、係の仕事など、運動会の成功にすばらしい力を発揮しました。

低学年の演技は、「HELLO! ジンギスカン!」。実施には様々な困難が予想された今年の運動会でしたが、無事終えることができたのはPTA役員の皆様をはじめとした保護者の皆様のお力添えのおかげです。また、ご観覧いただくことは叶わなかったものの、地域の皆様からの温かい応援のお気持ちを感じながらの実施となりました。今後とも真亀小学校をどうぞよろしくお願ひいたします。

真亀小学校
教頭 佐々木 芳

社会福祉法人三條会

リアライブ高陽

特別養護老人ホーム・デイサービス
ショートステイ・サービス付き高齢者向け住宅

電話 082-843-3223
広島市安佐北区真亀1丁目1番8号

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

いしてした 内科 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>

脳卒中について

いでした内科・神経内科クリニック

院長 井手下 久登



脳卒中は、「脳血管障害」とも呼ばれ、突然脳の血管が詰まったり、破れる病気のこ

とです。脳卒中を発症すると、体が不自由になるばかりでなく、医療費も多くかかります。日本の医療費では、がんに次いで二番目で、介護保険料を入ると第一位です。

平均入院期間も長くなり、リハビリなどを含めると平均一〇〇日以上になり、長さでは断トツです。

高齢者の増加とともに患者数は増加します。脳卒中の死

亡率は、徐々に下がってきて

いますが、がん、心疾患、肺炎に次いで第四位です。秋田県立脳血管研究センターの報告では、脳卒中は、発症から間もない時期に高い死亡率を示し、三〇日で一二%が亡くなります。

初回の発症から三〇日目の生存率は、それぞれの病型で異なり、脳梗塞で九四%、脳出血で八四%、くも膜下出血で七二%です。

タイプ別に見ると、以前は脳出血の患者さんが多かったのですが、最近では脳梗塞の患者さんが増えています。

脳卒中の症状はさまざまです。脳梗塞、脳出血、くも膜下出血で違います。また原因や場所や大きさも違います。

よく見られる症状は以下のとおりです。

①急に顔の半分、片方の手足がしびれる、動かない

②突然意識がおかしくなる、言葉が出ない、周囲の人の話すことが理解できない

③急に片方あるいは両方の目が見えにくくなる、視野が狭くなる

④突然のふらつき、力はあるのにバランスがとれず歩けない、手足がうまく動かせない

⑤原因不明の突然の激しい頭痛



真亀体協
活動報告
9月~11月

体協主催

8/2 ソフトバレーボール大会

優勝一丁目 2位パブリ 3位あすなろ

9/27 第53回グラウンドゴルフ大会

優勝真亀東A 2位パブリA 3位中央A

10/2 第46回ソフトバレーボール大会

優勝パブリ 2位中央・のぞみ・ひふみ連合 3位あすなろ

真亀剣心会

8/23 剣道中央審査会(昇段試験)

2段 水戸剣心(中学2年)
2段 山本桃子(中学2年)

子ども会 ソフトボール部

11/22・11/29 ペンタゴンカップ開催予定

ご家族・ご友人との集いに

海のさち 山のさち
ゆめや
YUMEYA

広島市安佐北区亀崎1丁目2 10
フジグラン高陽グルメアベニュー
TEL.082-843-5806

高陽記念クリニック1F
やまさき脳神経外科クリニック

脳卒中、認知症(物忘れ) 頭部打撲等あれば
ご相談ください。 院長:山崎 弘幸

診療時間 午前:9時から12時半、午後:16時から18時
休診日 日・祝日、水・土・日 夜 CT/MRI 完備

広島市安佐北区高陽5丁目24番8号 高陽記念クリニックビル
(南水バス停下車 徒歩3分)
電話:082-841-0687 ファックス:082-841-0688
http://yamasaki-neurosur-clin.com/

美容室
ondo 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

第53回 真亀学区グラウンドゴルフ大会



9月27日、秋晴れの好天気、持つて居られる宝物のようになのに全員マスク姿、コロナ禍の中、多くの大会が中止されている折、大勢の皆さんの参加と笑顔が、なによりも心強く、嬉しく感じられました。「いい日」「いい出合い」のスローガンのもと、試合は和気あいあい、終始なごやかな雰囲気が進みました。思い通りに行かない球を目で追い、右へ左へ、腰をひねり、頭もひねり、今度こそ、常にホールインを目指し、頑張っておられる姿は、皆さん自身

持つて居られる宝物のように思えました。思い通りに行かない、人生の縮図のようです。「入った」と元気のよい声、大声を出したい気持ちを抑え、マスク越しの笑顔に、心から拍手を送りました。

苦闘の末、真亀東チームが優勝させて頂きました。惜しくも入賞されなかったチームの皆さん、捲土重来、失敗を恐れず、無心で、チャレンジする事だと思えます。迫り来た高齢化の波を吹き飛ばし、健康維持の為、多くの皆さんの参加されることを、お勧めします。

次回も、歓声があがり、皆さんと笑顔で集えますように。コロナが、一日も早く、下火になって、平穏な日が来ることを祈りながら、元気で健康明るく豊かな心で、またお会いしましょう。お世話して下さいました、役員の皆様、ありがとうございました。

真亀東自治会 石田則光



ロータリーで さつまいも掘り

去る10月24日(土)に花でかざろう真亀の会のよびかけで、ロータリーのさつまいも掘りが行われました。当日は20名の方が参加され、写真のようなさつまいもが出来ていきました。これから畑の耕耘を行い、11月中旬にはチューリップを植付します。

お茶を飲みながらひと休み



介護付有料老人ホーム
サニーコート広島
 亀崎四丁目6-5
 老後はサニー
0120-658-321
 事業主体 広島県住宅供給公社
 運営業務受託者 株式会社 広島県住宅管理センター

高齢者講習
 受講者数 県下 No.1
可部自動車学校
 (分校)千代田交通安全センター
082-815-5555

内科 循環器内科 消化器内科 放射線科
二宮内科 高陽クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:30~12:30	●	●	●	●	●	●
午後 3:00~ 6:00	●	●	△	●	●	△

広島市安佐北区瑞雲5-24-8 (高陽記念記念クリニックビル)
841-5111

ひろば



地元(真亀在住)の漫談師 風呂哲州さん

会場に集まって来られた方がたの拍手に迎えられ、スタンドマイクの前に立つ。白衣を着て、フォークギターを抱えるのがいつものコスチューム。「音楽療法士に憧れています。私が出来ることと言え、このギターを弾くことと、唄を歌うこと。二つのことをしているのです、「音楽りよーほー(両方)しい」です。」童謡・唱歌を始めとする懐かしい歌をギター弾き語りと一緒に唄って頂きながら、合い間のお喋りで寛ぎの時間を過ぎして頂く。心の温泉としての(唄と健康のギター漫

談)が僕の仕事だ。

音楽との関わりは、小学校入学前。家の隣りの幼稚園で開かれていたオルガン教室に通ったのが最初。小学生になると、ピアノ教室に通うようになったものの、自宅にピアノが置いてあるにもかかわらず、「バイエル」の予習復習を怠っており、中学に入ったやめてしまったので、口が裂けても「ピアノが弾けません」とは言えない。

笑いとの出会いは、小学4年生の頃、父から手渡された古今亭志ん生師匠のカセットテープだった。その後はNHKのラジオ番組「上方演芸会」や「真打ち競演」で落語や漫才などを録音しては繰り返し聴く「耳学問」。TVでは「8時だヨ!全員集合」や「花王名人劇場」が「教科書」だった。関西大学に入学すると、それまで広島からは遠かった演芸が身近になった。「ぴあ関西版」で公演情報を調べ、いそいそと出掛ける日々。僕にとつての寄席は、ある意味「大学」だった。

「音楽」と「笑い」がひとつに結び付いたのは、中学1年生の時に連れられた、さだまさしコンサート。素敵な楽曲と楽しいお喋りに、約3時間のステージがあつという間。心を揺さぶられた。そして、中学2年生の時、親戚の家から1本のガットギターがやつて来た。早速、初心者用フォークギターの弾き方の本を手に入れ、学校から帰るやすぐに自主トレの毎日。ある程度奏法を習得すると、今度は、さだまさしさんのギター弾き語り楽譜集に挑戦。この時、楽譜に対する抵抗がなかったのは、オルガン教室・ピアノ教室に通っていたおかげだろう。調子に乗って、高校2年生の文化祭ではステージに立ったが、緊張のあまりあらかじめ用意していたトリークの内容をほとんどすっ飛ばしてしまったのを今も覚えている。

昨年までは、県内外を年間一〇〇〜一五〇本の講演で廻らせて頂いていたのだが、このコロナとともに生きる

時代、本数は激減した。在宅での音楽制作やナレーション収録が活動時間の多くを占めるようになってきているのが現状だ。そんな中、各地の公民館などから講師としての依頼も少しづつ入ってきている。気持ちしがらつきがちな世相ではあるが、健康や防犯や生き甲斐づくりについての話題を愉快に盛り込みながら、唄とギターの音色で癒しの時間をお届けする、そんな講演を心掛けています。



地元密着、だから安心。
株式会社 タナカ住建
リフォーム・増改築の専門店
0120-920-012
タナカジユウケン
真亀一丁目 25-2 (北山橋バス停前)

高陽 ニュー 病院
タウ ン
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
五十六屋
電話 842-0122
0188 ← FAX 共通

真亀剣心会近況活動報告

澄み切った秋空が清々しい季節となってきました。

例年であればスポーツの秋という事で試合や錬成会等多忙な時期なのですが、新型コロナウイルスの影響により試合も軒並み中止となり稽古も時短や日数を減らす等、思う様に行えていない現状です。

真亀剣心会では緊急事態宣言解除後、全日本剣道連盟が制定した感染防止予防ガイドラインに沿って感染対策を万全にし稽古を行っております。

そんな状況の中でも毎回熱心に指導して下さる先生方と共に剣士一人一人日々の稽古を頑張っており、この度剣心会に所属の中学3年生が、9月に行われた広島市中学校総合



体育大会にて、個人の部優勝団体の部2位という輝かしい成績を残してくれました。そして延期されていた昇段試験では、中学2年の2名の剣士が二段合格しました。先輩方に続けと小学生剣士も日々稽古に打ち込み、また沢山の良いご報告が出来る様、頑張っております。

また、真亀剣心会では年中行事として、バーベキュー、花火大会、レクリエーション満載の忘年会等楽しい行事も行ってまいります。

厳しくも愛を持って稽古をして下さる先生方や、多方面でご活躍されているOB・OGの先輩方のご指導の元、楽しい時間を共に過ごし、成長していく仲間を募集しています。気合の入った掛声と竹の打ち込む音を目印に、真亀小学校の体育館にお越し下さい。

真亀剣心会 沢田

第46回 真亀学区ソフトバレーボール大会

令和2年10月18日、コロナ禍の状況の中、真亀学区ソフトバレーボール大会を開催いたしました。

参加者は13名で3チームの総当たり戦を2セット行い、白熱した対戦を繰り広げました。

ほとんどが真亀学区のソフトバレーボール部員ではありますが、日頃の練習が制約

される中での大会となり、ほど良い汗と筋肉痛が記憶に残る大会となりました。

勝負はさておき参加者がまずは怪我なく無事にこの大会を終えた事に喜びを感じております。

未だにコロナ禍の状況にて集まる事には制約があります。真亀学区ソフトバレーボール部はコロナ対策には充分に配慮した上での活動をしておりますので、是非地区の皆さんの参加をお待ちしております。

「練習日程」

◆火曜日 真亀小学校体育館 PM7時～9時

◆土曜日 落合中学校体育館 PM8時から10時

ほとんどの部員がソフトバレーボールの未経験で毎週活動しておりますので、お気軽にまずは見学からで構いませんのでお越し下さい。

ソフトバレーボール部

江木一則



きっとお役にたちます！
あなたのキモノ/コンサルタント

美術染織(有) **森田屋**

安佐北区真亀3丁目18-8
☎842-3001

FUJI GRAND
フジグラン高陽

広島市安佐北区真亀1丁目1番6号 ☎082(843)5111
<http://www.the-fuji.com>

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

文教総合印刷

本社事務所 TEL (082) 232-1330 内
高陽営業所 広島市安佐北区真亀五丁目30-7
TEL (082) 843-3666

各種団体の行事予定

各団体の行事については、別表の団体長におたずねください。

団体名	十二月	一月	二月
亀友会	役員会 集会所大掃除	役員会	役員会
学区子ども会			
公衆衛生協			健康教室
みらい子育て 真亀クラブ			
学区青少年協	地区パトロール	地区パトロール	地区パトロール
学区体協	グラウンドゴルフ大会		
防犯組合	防犯パトロール		
花でかざろう 真亀の会			
真亀地区社協	福寿会忘年会 ふれあい集会所 大掃除	落中協力者会議 けやきまつり実行 委員会	会長・福祉推進 委員研修会 編集会議
自治連合会	公民館運営会議	とんどまつり 新年互礼会	編集会議 真亀小学校協 力者会議

二〇二二年度

とんどを実施します

令和三年一月十日にとんどを実施します。会場へ書初め、しめ飾り、お飾り等をもって

ご参加ください。とき 一月十日(日) 午前十時より

ところ 真亀小学校グラウンド



社協だより

皆様、新型コロナウイルスにまけず元氣にお過ごしのことと思えます。

今年も、寒くなりますと、インフルエンザも流行してまいります。コロナの影響で、ワクチンも不足の予定だそうです。今年も、皆様方は、手洗いマスクが良くされるので、今年も予想では、戦後最小になるのではと言われています。

又、今年も、赤い羽根の共同募金が、10月1日から12月31日まで、全国一斉に始まりました。

赤い羽根の共同募金は、昭和22年(1947年)に市民が主体の民間運動として始まりました。今年で74回目になります。真亀は、皆様のご協力、30万円以上のご寄付を頂いております。10月の連合会の定例会で、チラシと、赤い羽根を、連合会の加入世帯数ほど、お渡し致しました。真亀の目標額は、490、

000円です。広島市の目標額は、9千万円です。

今年も、コロナ禍の中で、募金活動も皆さん大変だろうと思えますが、自分の町をよくする為、真亀地域で(幸せ)と(豊かさ)をわかちあえる福祉の充実のために、ご理解とご協力をお願い致します。

又、広島市社会福祉協議会より、地域福祉関係団体への応援金を支給するので、一団体100,000円申請依頼が来りましたので、真亀は、10団体申請を致しましたが、8団体のみ決定通知書を頂きました。2団体は社協の構成団体ではないとのこと却下されました。80万円頂きました。10月3日の定例会で、各種団体へお渡し致しました。

各種団体も今年も、すべての町内行事が中止となりましたので、来年もコロナも終息して良い年になるようにお祈り致します。

真亀地区社会福祉協議会
会長 金原 保

ECOL
介護用品のレンタル・販売 / 住宅リフォーム

介護ショップエコール
フジグラン高陽店

☎ (082) 841-4567
広島市安佐北区亀崎 1-2-33 フジグラン高陽 別棟 2F

医療法人 **ながた皮膚科**
皮膚のトラブルについては、何でもご相談ください

【診察時間】 午前：9時～12時30分
午後：3時～6時
【休診日】 水曜と土曜日の午後
日曜日と祝日

広島市安佐北区落合5丁目24-8
(高陽記念クリニックビル)

☎ 082-841-0017

「迅速」「安心」「丁寧」「真心」

有限会社平成タクシー

☎082-840-3050
広島市安佐北区上深川町256-1