



発行
真亀自治連合会
真亀地区
社会福祉協議会

真亀健康教室

2月27日(土)、学区健康
教室を真亀集会所で実施いた
しました。本年度は、講師と
して新広島ヤクルト販売(株)の
二宗真平さんをお招きいたし
ました。当日は、新型コロナウイルス
感染防止対策を充分
に行っておりましたが、参加
者は大変少ない状況でした。
参加していただいた方々、講
師の先生、誠にありがとうございました。

講演は、「免疫とプロバイオ
テイクス(乳酸菌)について」と
題して、お話しされました。
日頃から免疫力を高めるため、
①腸内環境を整える。

納豆、みそ、キムチ、乳酸
菌飲料、ヨーグルトなど発酵
食品に含まれる乳酸菌や納豆
菌など良い菌を増やして腸内
環境を整え、食物繊維やオリ
ゴ糖なども取り入れることが
大切である。

②体温を上げる。
免疫細胞は温度に敏感な
で、体温の低下は免疫力の低
下につながるため、入浴など
で体を温めることが大切である。

③心身を休める。
免疫力は、ストレスにも
左右されるので、笑ったり、
「楽しい」という感覚によっ
てストレスを軽減し、ぐっす
り眠って免疫力を高めること
が大切である。

以上のような内容が話され
ました。この一年間、自宅に
こもりがちな毎日ではありま
すが、腸内環境を整える食事
や、リフレッシュのための運
動などを毎日の生活の中に取
り入れていきましょう。

公衛協は例年、「クリーン
太田川」や「献血」などの諸
活動を行っておりますが、本
年度はほとんどの行事が中止
になってしまいました。コロ
ナが収束して、当たり前の
日々が戻ってくることを祈念
して終りといたします。

真亀学区公衆衛生推進協議会

令和三年度 真亀各種団体長の紹介

Table with 4 columns: 団体名, 氏名, 住所, 電話番号. Lists various community organizations and their representatives.

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

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

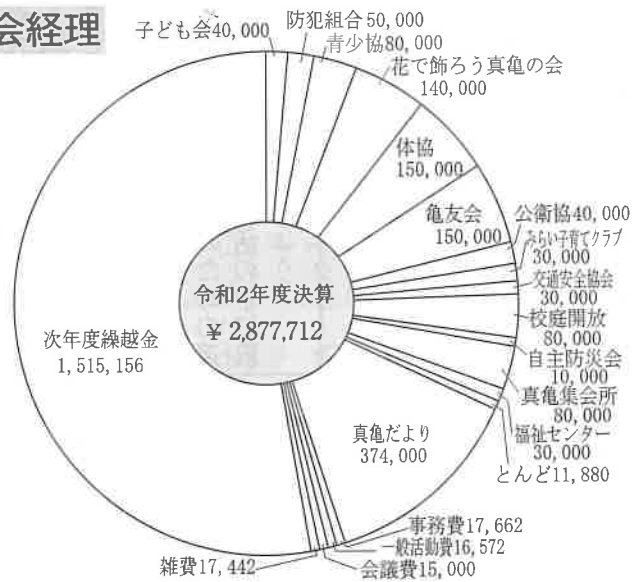
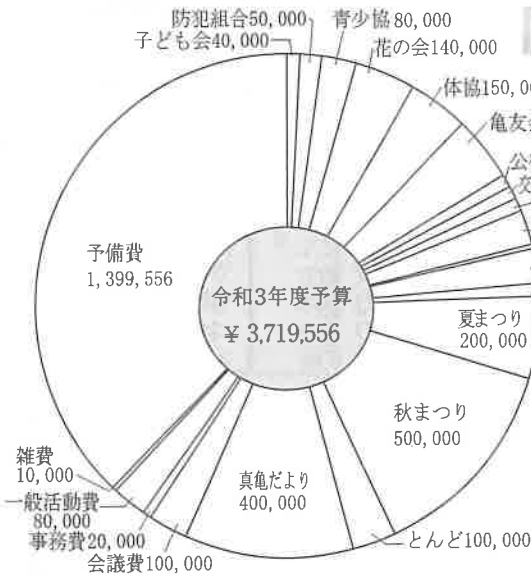


恵下山の桜公園です

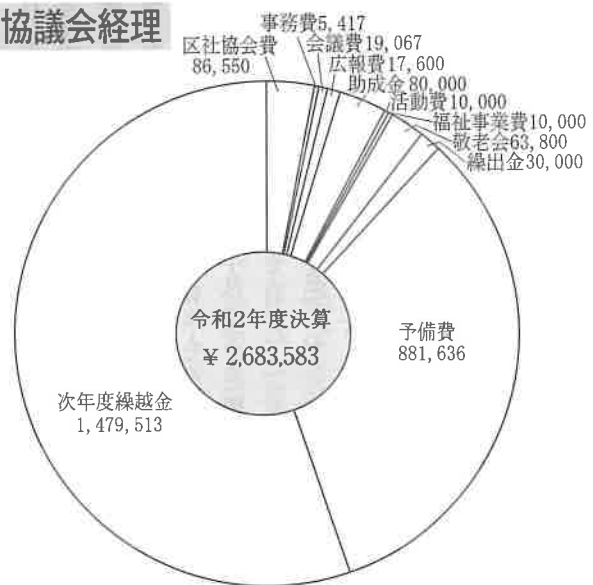
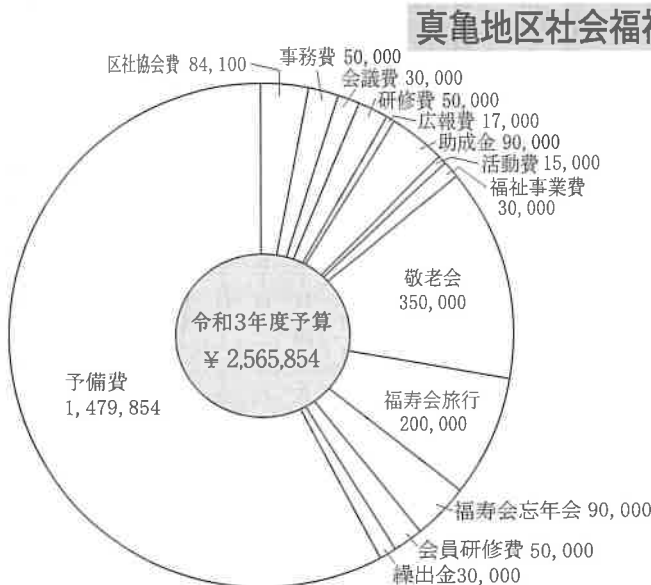
自治連合会 社会福祉協が総会開催

令和二年度の真亀自治連合会総会は、四月三日(土)に、真亀地区社会福祉協議会総会は四月二十四日(土)に開催予定でしたが、新型コロナウイルス感染症拡大防止のために議案資料配布のみで中止しました。今後とも一日も早いコロナウィルスが終焉することを願っています。
住民のみなさま方のご協力とご理解をいただきますようお願い申し上げます。

自治連合会経理



真亀地区社会福祉協議会経理



社会福祉法人三篠会

リアライヴ高陽

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

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://ideshita.clinic.jp>

着任のあいさつ

真亀公民館

館長 小西 佐知子



前任の西村館長から任を引き継ぎ、この4月から真亀公民館長を務めさせていただくことになりました。

この度、3年ぶりの公民館勤務となりました。以前から地域の皆様の生涯学習活動、社会教育に関する仕事に携わりたいと思っていたところ、当館で皆様とふれ合う機会をいただき、大変嬉しく思っています。

さて、昨今の少子高齢化、高度情報化の急速な進展などの社会情勢の変化を背景にして、地域における公民館には、ひとつづくり・つながりづくり・地域づくりを推進する役割や、地域コミュニティの維持と持続的な発展を推進するセクター的な役割などが期待さ

れています。

当館がこうした役割を果たせるよう、地域の個性や特色を活かし、お一人お一人の学習要求を尊重しつつ、同じ関心を持つグループや地域共通の課題にも配慮した事業や講座などに取り組んでまいりたいと考えています。

現在、新型コロナウイルスの影響により、ステイホームが叫ばれ、外出もままならない状況が続いています。一人では長続きしない活動も、公民館で活動することで、仲間がいて楽しく継続させることができるかもしれません。また、自ら抱える問題が、仲間と関わる中で、地域の問題でもあることに気づき、そこから日々の生活に還元することにつながるかもしれません。公民館で既に活動されている皆様は申すまでもなく、活動されたことのない方には、ぜひ一度公民館にお越しください。真亀公民館職員一同、皆様方のご来館を心からお待ちしています。

どうぞよろしくお願いたします。

地域の方と共に

広島市立真亀保育園

園長 船岡 睦子



「おはよー!」「先生、一緒に遊ぼう!」キラキラしたまなざしで、毎朝子どもたちが元気いっぱい登園してきます。保育園に長く勤務しています。が、子どもからもらうパワーには不思議な力があり、子どもたちの笑顔に囲まれていると本当に幸せだと感じます。

真亀に来て1か月が経ちました。私が異動してまず感じたことは、町がとても美しいということ。鉄塔の下には綺麗なチューリップが咲き誇り、満開の桜、綺麗な公園、町のどこの姿にも感動しました。また地域の方々の温かさにも触れ、安心して毎日勤務できることに感謝しています。このような温かい地域で、皆様に見守られながら育つてい

く子どもたちはとても幸せです。地域の方々と関わることで、子どもたちは豊かな経験をし、社会性を養いながら生きるための知恵や文化を身に付け人間形成の基盤を作りまします。その基盤がこの真亀の地域で培われることはすばらしい事だと思えます。

真亀保育園では「心も体もいきいきとした子ども!」を目指して保育しています。皆さまのおかげで、安心して散歩に出かけ、身近な自然と触れ合い、子どもたちの心や体も大きくたくましく育つことができる事に日々感謝しております。

今はコロナ禍の中、周りの人たちとの交流する事も難しさがありますが、地域の方々に見守られているという安心感の中で共に子育てができる事に喜びを感じています。今後も真亀保育園が地域の子育ての拠点として皆様から愛される保育園となるよう、職員と共に頑張っていきたいと思っております。

これからもどうぞよろしくお願いたします。

ご家族・ご友人との集いに

海のさち 山のさち
YUMIYA
ゆめや

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:15時から18時
休診 日・祝日、水・土午後 CT/MRI 完備

広島市安佐北区南合5丁目24番8号 高陽記念クリニック
(新バス停下車 徒歩3分)
電話:082-841-0887 ファックス:082-841-0888
<http://yamnakifurosurugiclin.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

子ども会 着任あいさつ

子ども会育成会

会長 小牧 志保



今年度真亀学区子ども会会長を務めさせて頂くことになりました。

毎日子どもたちを笑顔で見守ってくださる見守り隊の方々、ならびに地域の皆様、日ごろより子ども会活動にご理解とご支援を賜り、心より感謝申し上げます。

例年の真亀学区子ども会の活動としましては、小学校高学年を対象とした一泊研修やけやきまつり、夏まつり、となどなど様々な活動を行っています。

ただ、今年度は昨年同様、新型コロナウイルスの感染拡大防止のために、子ども会活

動も困難な状況となっております。しばらくは、従来の子ども会活動を同じように再開することは難しい状況ですが、感染防止対策を基本とした『新しい生活様式』を取り入れ、子どもたちのために何かできないか考えています。一刻も早く事態が終息し、子どもたちの笑顔を見られる日が戻ってくることを切に願っております。

毎日、ニュースや新聞では、子どもの虐待や子どもが被害に遭う事件など悲しいニュースが後を絶ちません。ここ広島市においても共働き世代の増加、核家族化の進行、家庭の抱える問題の複雑化など、子育て家庭をめぐる環境も多様化しているそうです。子どもたちの心のサインにいち早く気付くためには地域の方々の協力が必要です。引き続き、今年度も子ども会の活動にご理解とご協力を賜りますよう、よろしくお願ひ申し上げます。

みらい子育て真亀クラブ

会長 池田 元春



クラブが発足して今年で十七年になります。

十五年前会長をされていた前会長がやめられることになり、副会長の私が会長を引き継ぐことになりました。

このクラブは、親子、世代間の交流や文化活動、事故防止の交通安全指導、遊び場や遊具の点検など、子どもの健全育成を願い、地域でボランティア活動をする団体です。

春には児童館でのひな祭りとお茶会、夏には連合会の行事に合わせて人気のスーパードールすくい、秋には児童館まつり、冬には公民館ホールをお借りして行なったミニ運動会と節分、参加者全員での会食など年間の行事として活動をしてきました。

どの行事も児童館の先生方や私達会員が子どもたちに楽しんで喜んでもらえるよう工夫して準備をしています。

児童たちが懸命に行事に取り組んでくれる姿はうれしくやりがいを感じるものです。

子どもたちが将来大人になった時、幼い頃の思い出のひとつままとして、記憶のかたすみに残ってくれていれば幸いです。

イベントは、親、地域、おじいさんおばあさんとの交流の場であり、非日常のふれあい活動を通じて、子どもたちが健やかに成長していくことを願っています。

少子化になった真亀でも工夫すれば、それなりの地域に合った活動があるはずで

す。児童館、地域団体、子育て会員、そして子どもたちと話し合いながら、一年間の行事をやっていきたいと思います。クラブでは共に活動して下さる会員を募集しています。ぜひ真亀の将来の担い手となる子どもたちのサポートよろしくお願ひします。

介護付有料老人ホーム
サニーコート広島
龜崎四丁目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
ニ宮内科 高陽クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:30~12:30	●	●	●	●	●	●
午後 3:00~ 6:00	●	●	△	●	●	△

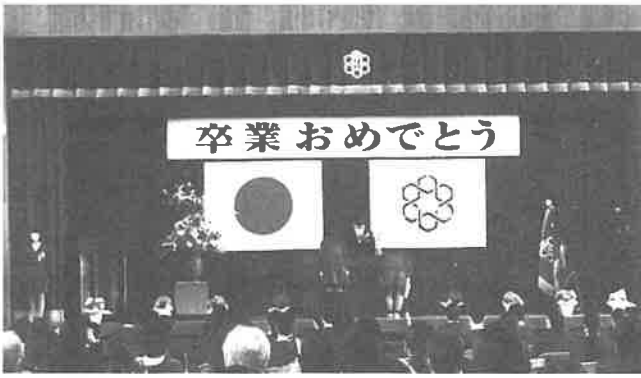
 広島市安佐北区瑞雲5-2-4-8 (高陽記念記念クリニックビル)
☎ 841-5111

真亀小学校卒業証書授与式

三月十九日、第四十四回卒業証書授与式を挙行し、四十九名の児童が真亀小学校を巣立ちました。

卒業生にとって、この一年間の学校生活は、新型コロナウイルス感染症対策を常に考えながらの日々でした。

卒業証書授与式も同様で在校生代表の五年生は式への参加ができず、ご家族の出席には人数制限があり、地域の皆様にはご臨席いただくこともできませんでした。



式では、担任が一人一人の児童の名前を呼ぶと、はつきりとした声で返事をし、壇上で立派な態度で校長から卒業証書を受け取りました。どの児童も大変立派な態度でした。

式ではコロナ禍以前のよう
に児童の呼びかけの言葉や合唱はできませんでしたが、式後の会場では、ご家族へ向けて書いた、児童一人一人からのメッセージカードの画像を見ていただきました。

「毎日、私たちのために仕事を頑張ってくれて、ありがとうございます。」「悩みを聞いてもらって元気になれたよ。」「お父さん、お母さん、大好きだよ。」「...など、心のもつたメッセージが流れ、会場はご家族の皆様の感激の涙に包まれました。

地域の皆様、これまでと同様、卒業生を温かく見守っていただき、地域で育てていただきますよう、よろしくお願ひいたします。

教頭 佐々木 芳

落合中卒業式

去る三月十二日(金)、第四十五回卒業式を挙行しました。

前年と同様、卒業生とその保護者、そして教職員に出席者を制限することとなり、在校生の出席は叶いませんでした。

しかし、急に臨時休業となってしまった昨年とは異なり、今年度は事前に在校生は出席できないことが分かっていたため、生徒会を中心に「今できること」を考え、例年で



あれば式中に行う「在校生送る言葉」を事前にビデオ撮影し、当日式場内において放映しました。

式後に、卒業生からは「あのおかげで卒業するんだという気持ち湧いてきた」「自分達だけの卒業式と思っていただけ、うれしかった」という声が聞かれました。また、卒業生の保護者からも「感動しましたよ」という暖かい声をいくつもいただきました。

私たち教職員も、卒業生が「在校生送る言葉」を通して、後輩達と過ごした日々を思い出し、自分達が学び舎を巣立つという感情を高めていたように感じました。

このように、落合中では、新型コロナウイルスにより「何もできない」ではなく、「できることを考える」ということを、生徒と教職員がともに考え、実践して参りますので、今後とも地域よりご支援賜りますようお願い致します。

タナカ 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

タナカジュウケン

真亀一丁目 25-2 (北山橋バス停前)

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

交通安全教室を実施して

広島県立高陽高等学校

校長 中野 和子

令和三年三月十五日の午後、本校グラウンドで、危険な自転車走行に伴う交通事故の実演を中心とした交通安全教室で生徒が発した声実施しました。J A 共済連（全国共済農業協同組合連合会）の広島県本部と広島県警察本部の連携による。

実施に際しまして、J A 広島、広島県警本部、安佐北警察署、真亀自治連合会、交通安全協会の皆様にご支援いただいたことに、改めて感謝申し上げます。

本校の交通安全教室は、例年四月当初に全学年を対象に



開催してりましたが、今年度は、新型コロナウイルス感染症防止の観点から、いったん中止といたしました。

しかし、ご承知のように本校周辺の道路は、アップダウンの多い坂道となっていて、自転車の多い坂道となっていて、自転車の多い坂道となっていて、多くの自動車や自転車、歩行者と行き交うため、注意が必要です。天候や荷物の重さが影響して自転車のバランスを崩し転倒するということがあり、複合的な要因で事故が起こっています。

そこで、通学路に潜むいろいろな危険を予測しながら慎重に通学してもらいたい、そのため道路にはどんな危険が潜んでいるかを改めて考えるきっかけにしてもらいたいとの思いから、この交通安全教室を実施しました。

様々な場面を想定し、迫力ある自転車を伴う交通事故の実演により、その目的を十分達成することができました。

舟入むつみ園へ

花でかざろう真亀の会

昨年十一月にロータリーに植えたチューリップが、三月中旬からきれいな花を咲かせ始めました。恒例となった舟入むつみ園への慰問は、昨年はコロナの関係で中止せざるを得なくなりましたが、今年「せっかくなら咲いたきれいな花を見てもらいたい」との思いから感染対策上マスクをして、玄関で渡して帰ろうということになりました。

事前に四月一日に行くからと連絡をし、当日は午前八時三十分から花の切り取り作業をしました。赤白黄紫と、花



の色を均等に切り取り、花が咲いたものは早く花びらが落ちるのでつぼみも混ぜようと会長の指示のもと、体裁よく紙に巻きこみ準備しました。

事前連絡した予定時刻午後一時四十分頃先方に到着しました。到着すると園長始め職員の方々四五人出てこられ、ていねいにお礼を言われ受け渡し時の記念写真を撮って下さいました。

舟入むつみ園は昭和四十六年に建てられ建築後五十年になるそうです。建築当時は耐震基準をクリアしていたようですが、基準が厳しくなり耐震工事をする事になったとの話を聞きました。東日本大震災、阪神淡路大震災などが脳裏に浮かび納得することしきりでした。

写真を撮ったものをすぐ印刷して渡して下さったり、車が出発するまで見送って下さったり、舟入むつみ園の丁寧な対応には感激しました。ご協力頂いた関係者の方々ありがとうございます。

川名 勇

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

広島市安佐北区亀崎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 9
高陽営業所 広島市安佐北区真亀五丁目30-7
TEL (082) 843-3666



- 日時 毎週水・金・土曜日 18:30~20:00
(土曜日は18:00~)
- 場所 真亀小学校 体育館
- 対象 幼児 小学生 中学生 ※年長未満は要相談
- 会費 3000円/月 ※家族の2人目から2000円

—— 身につくこと ——

- ★ 礼儀が身につく
- ★ 正しい姿勢が身につく
- ★ 我慢・忍耐力が身につく
- ★ 思いやる心が身につく
- ★ 全集中が身につく
- ★ 継続力が身につく



稽古の様子などは
こちらをご覧ください!
DMも待ってます!



._MAGAME_KENSHINKAI.

TEL 080-1939-6735

URL <http://magamekenshinkai.sakura.ne.jp/>

見学、体験はお気軽に
お問い合わせ下さい(^^)!

免許を取るならKOYOへ行こうよう!

広島県公安委員会指定
公認 高陽自動車学校

☎0120-22-1555

鉄板ダイニング 玉藏

お好み焼き
鉄板焼なら
玉藏へ!

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 循環器科 内科
消化器科 リハビリ科 眼科

電話: 082-842-0002

デイサービス
ちかいの里

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」

広島市安佐北区猪合5丁目1-10

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	六 月	七 月	八 月
亀友会	6/9役員会	7/14役員会	
学区子ども会	一泊研修事前会	一泊研修(三滝)	夏まつり
みらい子育て真亀クラブ			夏祭り
学区青少協	地区パトロール	夏休み期間中夜間パトロール	夏まつりパトロール
学区体協	グラウンドゴルフ大会 ソフトバレーボール大会	ペタンク大会	グラウンドゴルフ大会(ナイター)夏まつり
公衆衛生協		太田川クリーンキャンペーン	
防犯組合		夏期防犯パトロール	
花でかざろう真亀の会	チューリップ球根掘り さつまいも植え	いも畑の草取り	
真亀地区社協	民生委員児童委員推薦会 会長事務局連絡会議	夏祭り実行委員会	敬老会打ち合わせ会議 夏祭り
自治連合会	6/5自治連合会定例会議	7/3自治連合会定例会議	8/7まがめ夏まつり

二〇二一年度

真亀夏まつり

今年の真亀夏まつりは、次のとおり開催されます。

とき/8月7日(土)

二〇二一年度
午後6時から、9時50分まで開催致します。

雨天の時は、8日(日)です。尚、具体的な内容については、後日お知らせします。

忘れない 私を見守る 優しい目

社協だより

地区社会福祉協議会は、誰もが安心して暮らせる地域づくりの為に頑張っています。

最近、新型コロナウイルス感染症広島県対策本部よりいろいろな対策の書類が、送られて来ています。一番多いのは、皆さんご存知の、手洗い、マスク、ソーシャルディスタンスが一番多く来ています。新規感染者を確実に減少させる為には、マスクを外す機会をできるだけ少なくし、やむを得ずマスクを外す態様を取る場合でも、他者との接触や会話等を可能な限り低減する事とともに、人と人との接触を抑えていく必要があります。また、地域や家庭内の感染防止をする。外出の場合、日常生活上の買い物などを含めて外出機会を減らす、外出している時間もできるだけ短くして、夜九時以降の外出は更に削減するようにします。

私も、集会所を管理していますが、利用者も減少しています。特に、三月、四月は、各自治会、各種団体等の総会

が沢山行われる時期ですが、行われず、書類議決にされています。社協も、書類議決と致しました。

二月末までは、集会所の使用を禁止しておりましたので、特に老人クラブ(亀友会)の方々には、ご迷惑をかけたました。社協も各集会所に、消毒液やマスクを置いてあります。先日、の社協会長会議で、今話題の、木下大サーカスの招待券も沢山いただき、皆さん方に配布して喜んで戴きました。早くコロナが終息して、町内行事が出来ればと思います。

昨年は、すべての行事が中止になり寂しい一年でした。今年、夏まつりが出来る事を期待しています。ニュース等を見ますと、高齢者の外出が減り、認知症の方が増加しているそうです。我が家は外から帰宅したら、必ず手洗いうがいをします。マスクと手洗いのおかげで今年家族全員風邪も引かずに済んでおります。コロナが終息しても、続けたいと思います。

真亀地区社会福祉協議会
会長 金原 保



春の全国交通安全運動
真亀地区でパトロール
春の全国交通安全運動週間に合わせた、真亀地区パトロールは去る四月十二日(月)に計画しましたが、当日急な雨のため集合者での写真を撮って散会しました。

■ 庭木の剪定、伐採
■ 作庭(和、洋、創作庭園)、修繕、リフォーム
■ エクステリア工事(駐車場、駐輪場、目隠しフェンスなど)
■ 防草工事
お庭のことなら何でもお気軽にご相談ください。

庭を楽しむご提案

造花本月庭園
はなもとげっせい
〒739-1741 広島市安佐北區真亀三丁目15-6
☎ 090-4897-4193 Fax 082-578-1571