

矢賀 学区だより

第501号 (毎月1回)
令和 7年 2月 1日
編集発行

矢賀学区まちづくり委員会
矢賀学区連合町内会
矢賀学区社会福祉協議会

「新年のつどい」開催

令和七年一月十三日(木)カサネヒロシマ(矢賀二丁目)にて令和七年「新年のつどい」が開催されました。予想を遥かに上回る総勢百十八名の申し込みで、二部制(一部82名、二部36名)として開催し、楽しいひと時を過ごしました。

多くの来賓もあり、途中、前内閣総理大臣岸田文雄衆議院議員もかけつけて下さり歓談して頂きました。

各町内会のアピールタイム、各種団体の活動紹介など、日頃知り得ない情報の交換などが行なわれました。



会場の様子

終始和やかな雰囲気であつという間に時間が過ぎました。

年代を超えての歓談により、新たな取り組みが期待できそうです。

矢賀学区連合町内会

事務局

ボランティアアバンク活動報告

矢賀社協ボランティアバンクでは「ちょっとした日常生活のお手伝いをします」をスローガンに、一人暮らしや二人暮らし高齢の方を対象に活動しています。

この活動も今年一月で10年目に入りました。

昨年4月～12月までの結果を報告します。

ボランティア活動 実績報告

項	ボランティア活動内容	件数
1	ゴミ出しの手伝い	33
2	庭の草取り・剪定	8
3	電灯の交換	9
4	ふれあい会食の手伝い	2
5	簾の取付・取外し	5
6	家具の移動	2
7	窓口代行・買物代行など	1
	計	60

これまでのご協力、ご支援を感謝します。今後も引き続き宜しくお願ひします。
ボランティアスタッフを募集しています。

相談や支援の申込先

毎週火曜日 10時～11時30分

矢賀学区社会福祉協議会

ボランティアアバンク係

矢賀中央集会所内

082(285)8163

毎月1回第2土曜日

多世代カフェやが

ぽかぽか

2月8日(土) 13:30～15:30

矢賀中央集会所にて

今月の企画
「アロマ」

アロマの香りで癒しの空間を

とんど祭り・ 防災訓練を開催

一月十二日(日)三丁目町内会では、早朝より男崎神社総代会の皆さんで、青竹などを使ってとんどを作りました。
原田宮司様の神事終了後に、已年生まれの人により、とんどに火をつけ、正月飾りやしめ縄・古いお札・お守りを燃やして年神様を見送りました。
絆キッズの皆さんに、炊き出し訓練として豚汁を作って頂いて、参加者の皆さんで美味しく



とんど

頂きました。
参加者の皆さんで、消火器の取扱・訓練用の水消火器で消火訓練を行いました。
楽しく有意義な一日を過ごしました。
参加者・神社総代会の皆さま大変ありがとうございました。

矢賀三丁目町内会
会長 濱吉 計守

1964年に始まった歴史ある地域の伝統行事です

歩こう会

2025 2.16(日)

本年度も矢賀学区の各団体のご協力により「第61回歩こう会」を開催いたします。
今年のコースは「矢賀公園めぐり」です。
みなさまお誘い合わせの上、多数ご参加くださいますようお願いいたします。

集合出発場所
矢賀第一公園
8:20 受付
8:50 開会式
9:00 出発
12:00 帰着

解散場所
矢賀中央集会所
飲み物、タオルを持参下さい

矢賀公園めぐり
矢賀第一公園
矢賀新町第二公園
矢賀新町公園
東山第一公園
東山第二公園
矢賀2支環境(178号線)
矢賀第二公園
矢賀中央集会所(約3時間)

備後後はうどんを
用意しています

クイズや
ゲームに参加
できます!

※小学3年生以下は
保護者同伴での参加をお願いします。
参加申込み方法は裏面へ▶

高齢者いきいきポイント対象者※手帳をお持ちください



提案する執行部

小学校では、児童は自分たちの学校生活をより楽しくより豊かにするために、自主的・自立的に活動を行う児童会活動に取り組んでいます。
三年生以上では各学級に学級代表を決め、また、五・六年生では全員が七つの委員会(体育・保健環境・給食・図書・飼育栽培・放送・執行部)に分かれて所属し、学級のために、学年のために、学校のために、日々の活動を進めています。

小学校だより より豊かな学校のために

その中で先日、今年度最後の代表委員会が開かれ、「六年生を送る会」について児童会執行部から提案がありました。
代表委員会は、学級代表と必要に応じて各委員会の委員長等が出席参加し、児童全員で行う活動について話し合います。
今年度もこれまで「一年生を迎える会」、「前期のあいさつ運動」、「秋の読書週間」、「後期のあいさつ運動」の活動が提案され全校で取り組んできました。
六年生を送る会が、今年度最後の全児童参加の大きな行事になりそうです。執行部からの提案を聞いた学級代表は、「各学年の出し物の時間はどれくらいですか」、「順番はどうなりますか」などの質問をしながらイメージを広げていました。
この一年間、学校のリーダーとして矢賀小を引っ張ってきた六年生にしっかりと感謝の思いを伝えながら、たつぷりと楽しんでもらおうとともに、一人一人が自分たちの成長を実感できるような会になることを期待しています。

います。

二月の行事

- 7日(金)矢賀ちしや収穫祭 (二年)
- 14日(金)一〜三年参観懇談
- 17日(月)クラブ(四〜六年)
- 18日(火)音楽朝会
- 19日(水)クリーンマイ
- 21日(金)たんぼぼ参観懇談
- 26日(水)六年生を送る会

広島市立矢賀小学校
校長 里本 孝文

幼稚園だより

「二月は、逃げる〜」

一月、子どもたちのにぎやかな声が園庭に帰ってきました。三学期の始業式には、へび年の話をし、へびが皮を脱ぐことから、成長の年、みんながもっと大きく、お兄さん、お姉さんになる年です

よというお話をしました。子どもたちが真剣に聞いてくれる姿を見て、改めて成長したことを実感しました。昔ながらのお正月遊びをする中で、文字や数への興味、関心が出てきた四歳児です。今年一年生になる五歳児は、「へび」と書き初めをしました。
二月は、チャレンジの日を計画しています。マラソンやなわとび、五歳児はチャレンジ遠足で地域の方に案内して頂きながら、東照宮まで歩いていきます。まさに、へび年、一皮むける二月となります。
そして、二月は「にげる。逃げ」のように時間が過ぎ去っていくます。まだまだ遊びたい寂しいと子どもも先生も思うことでしょうか。戸外でいっぱい遊び、インフルエンザに負けないで休まず過ごしたいと思います。未就園児の親子の皆さんも元氣よく来てくださいね。

- 二月の行事
- 3日(月)豆まき会
- 21日(金)令和7年度入園説明会
- 27日(木)チャレンジ大会

未就園児のひろば

- わくわく広場(園庭開放) 7日(金)12日(水)25日(火)
- なかよし広場(園庭開放) 5日(水)28日(金)
- わくわくランド(制作遊び等) 26日(水)
- うさぎルーム(満3歳児対象) 14日(金)お弁当会

4歳児 一輪車チャレンジ

5歳児 書き初め

広島市立矢賀幼稚園
園長 岩本 弥和

矢賀幼稚園HP

児童館だより

寒さの厳しい日が続いています
が、児童館に遊びに来る子ども

ちは、みんな元氣な声で挨拶をしてくれます。
先月は、こま回しや羽根つきなどのお正月遊び・カルタ大会・節分など、季節を感じられる行事を楽しむ姿が見られました。今月も卓球教室やお雛様工作などを予定していますので、ぜひ遊びに来てください。
二月行事
5日(水)卓球教室
6日(木)スピンボールを作ってお返し
26日(水)・27日(木)お雛様工作
詳しくは「じどうかんだより」をご覧ください。
令和七年度放課後児童クラブ利用申込み受付(二次受付)を行います。「事前予約制」
受付期間 2月7日(金)〜20日(木)
春休みのみの利用も受け付けます。詳しくは広島市のホームページをご覧ください。
お問い合わせください。

広島市矢賀児童館
0822(2886) 0543

こんにちは 保健師です



新しい年を迎え、早いもので一ヶ月がたちました。年末年始に食べ過ぎてしまったという方も多いのではないのでしょうか。今一度、ご自身の食習慣を見直し、健康的な食生活を実践していきましよう。

広島市では食を通じた健康づくりに取り組んでいます。栄養バランスのとれた日本型食生活を実践している方の割合や、野菜の摂取量が減少しています。生活習慣病を予防するためには、生涯にわたって栄養バランスに配慮した食生活を送り適正体重を維持することが重要です。

◆まずは適正体重を知りましよう

皆さんはご自分の適正体重をご存じですか。体重管理の目安には、肥満度の判定に用いるBMI (Body Mass Index) という指標があります。BMIの計算方法や適

正体重の範囲は、次の表をご参照ください。自分の体重が表の範囲内であれば、今の体重を現状維持していきましょう。

BMIを求める計算式	
体重kg ÷ (身長m × 身長m)	
年齢(歳)	目標とするBMI
18~49	18.5~24.9
50~64	20.0~24.9
65~74	21.5~24.9
75以上	21.5~24.9

◆栄養バランスのとれた食事

主食・主菜・副菜の揃った栄養バランスのとれた食事を意識し、一日3食しっかりと食へましよう。

※主食

ごはん・パン・麺類等で炭水化物を多く含むエネルギーのもとになる。

※主菜

魚や肉、卵や大豆製品などを

使ったおかずの中心となる料理でたんぱく質や脂質を含む
※副菜
野菜などを使った料理で、ビタミンやミネラル、食物繊維などを多く含む

◆おすすめ!

「元氣じゃけん定食」

広島市では、すこやか食生活推進リーダー等と協働し、地域食材を使った栄養バランスのとれた、家庭で作れる「元氣じゃけん定食」レシピを作成しています。作成したレシピは広島市ホームページなどで公開しています。

元氣じゃけん定食
ウェブブック版



広島市ホームページ



元氣じゃけん定食 レシピ

東区役所5階にある元氣じゃ

けん食堂では毎月第2・4木曜日に「元氣じゃけん定食」を560円で提供しています。また、二月二十七日(木)は、女性の健康週間に合わせて健康相談会&測定会を

実施します。医師・栄養士・保健師による健康相談や乳がん触診モデルを使ったセルフチェックのコツをお伝えします。みなさまの参加をお待ちしています。

東保健センター(地域支えあい課)

082(568)7429

保健師 今村

矢賀学区だより編集者を募集します

募集します

四月から矢賀学区だよりをリニューアルします。より地域に密着した学区だよりを発行予定ですので。記事作成、PC作業などご自身の得意な分野を活かして、矢賀学区だよりの編集に参加してみませんか?



矢賀学区だより
編集者募集

矢賀学区まちづくり委員会

事務局