

# げいのうかわら版

令和3年4月1日発行  
第64号 春  
芸濃総合支所地域振興課  
059-266-2510

## 卒業おめでとう



3月12日（金）、芸濃中学校で卒業式が行われ71人の生徒たちが思い出の詰まった通いなれた学び舎を旅立ちました。

卒業生は卒業証書を手に、それぞれの輝かしい未来に向け新たな一歩を踏み出しました。

各小学校・幼稚園・こども園の卒業（園）人数は次のとおりです。

芸濃小学校74人 明小学校11人 明幼稚園3人 芸濃こども園53人

## 国体の応援旗を作りました！

芸濃小学校の5年生が、2021年9月下旬から10月下旬にかけて三重県で開催される第76回国民体育大会・第21回全国障害者スポーツ大会の成功を願うとともに、三重に来てもらう他県の選手を応援するための「応援旗」を作成しました。

芸濃小学校は、香川・徳島・愛媛・高知、青森・秋田・岩手・山形・宮城・福島・新潟・富山の12県を担当し、各地の方言や名物、ゆるキャラなどを思い思いに描き、旗を見た方たちが「頑張ろう」と思えるようなデザインを考えました。

芸濃地域でも、総合文化センターで、なぎなた、バレー、ボールが開催されます。



第76回国民体育大会 第21回全国障害者スポーツ大会

## 小さいころから防災意識を

芸濃こども園では、月に1度、火災や地震等の災害を想定した避難訓練を行なっています。

園舎は2階建てであるため、幼児クラスは外の避難階段を使っての避難となります。園児には『押さない』『駆けない』『しゃべらない』『戻らない』の頭文字を取って『お・か・し・も』を合言葉に訓練しています。

毎月の訓練を通じて、自分の命を守るために行動を小さいころから身に付け、防災意識を高めていってほしいと思います。



## 龍王桜マラソン＆ウォーキング大会延期

例年、4月の第2日曜日に開催している龍王桜マラソン＆ウォーキング大会は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、秋（10月下旬を予定）に延期します。

# GW・休日は豊かな自然の中で！



## 不思議なマジックにみんなが「何で？」

2月16日（火）、芸濃子育て支援センターで、2月生まれの誕生会と地域のボランティアさんによる「マジカルコンちゃんのマジックショー」が行われました。

コロナ禍で自粛が続く中、乳幼児を連れた親子9世帯（大人9名、乳児13名）の参加者が、次々と出てくるマジックに「何これ？」「不思議やな」と感じながら、みんなで一緒になって楽しみました。



## 昔の遊びをおしえてもらおう

2月22日（月）、明小学校で、1年生・2年生が、いきいき支援の会の方・地域の方から、昔の遊びを教えてもらいました。



「けん玉」「まりつき」「お手玉」「竹ぼっくり」「おはじき」を楽しみました。道具を使った遊びに苦戦している子もいましたが、うまくできたときの笑顔はとっても素敵でした。

## 交通安全運動が実施されます

4月6日（火）から15日（木）まで、「春の交通安全運動」が実施されます。

1人1人が交通ルールやマナーを守り、思いやりの心を持って行動しましょう。

○錫杖湖水荘では、錫杖湖を眺めながら、会席料理やダムカレー、コーヒーなどの飲食が楽しめます。

○錫杖湖畔キャンプ場・落合の郷では、事前に申し込んでいただくことで、300円/人（ただし落合の郷は310円/人）で日帰りバーベキューをお楽しみいただけます。

錫杖湖畔キャンプ場、落合の郷でのバーベキュー等のご利用は事前に下記までお問い合わせください。

錫杖湖水荘（☎265-2019 火曜日定休）

## 芸濃地域健康な地域づくり委員会からのお知らせ

### ○「こころのSOSサイン」に気付こう！

4月からの新しい生活が始まったことや昨年から続いている新型コロナウイルス感染症対策の実践など、環境の変化がある中で頑張りすぎていませんか？

自分でも気付かないうちに、目に見えないストレスで「こころ」が疲れてしまっているかもしれません。ストレスを抱えた状態が続くと、こころとからだの調子が悪くなることがあります。自分の「こころのSOSサイン」に気付き、早めにセルフケアをすることが、こころとからだの健康には大切です。

#### 〈こころのサイン〉

- ・緊張感が高まり、イライラして怒りっぽくなる。
- ・気分が落ち込んでやる気がなくなったり、急に涙が出る。
- ・漠然とした不安や疎外感、孤独感を感じる。
- ・人付き合いが面倒になり、避けるようになる。



#### 〈からだのサイン〉

- ・肩こり、頭痛、腹痛、腰痛などが出てくる。
- ・食欲がなくなって食べられなくなったり、逆に食べ過ぎてしまう。
- ・寝つきが悪くなり、夜中や朝方に目が覚める。
- ・下痢や便秘になる。
- ・めまいや耳鳴りがする。

#### 〈こころとからだのセルフケア〉

- ・快適な休養と睡眠を十分にとる。
- ・生活習慣を整え、バランスの良い食事をとる。
- ・ゆっくりと深呼吸したり、ストレッチをして、リラックスする。
- ・ライフスタイルに合った運動をして気分転換する。
- ・ひとりで悩まず、気の合う人や何でも話せる人に今の気持ちを話す。



### ○6月は「歯と口の健康週間」です

お口の健康は、口の中をきれいにすること、口をよく動かすことが大切です。口の中を不潔にしていると、歯周病菌で歯を失ったり、誤嚥性肺炎や血管障害、糖尿病、心疾患など全身の病気の原因になることがあります。

また、食べたり、笑ったり、話したりする時には口やのどにあるたくさんの筋肉を使います。この筋肉が衰えると、むせたり、だ液が減ったり、今まで食べられたものが食べにくくなったりします。歯磨きと口をよく動かすことを毎日続けて、お口の健康を保ちましょう。

## 空き家情報バンクへご登録ください

津市では、空き家の賃貸・売却を希望する所有者からいただいた物件情報を登録し、その情報を賃借・購入を希望する人へ提供する「空き家情報バンク」を運用しています。

市内に空き家を持つ人で賃貸・売却を希望される方は、ぜひご登録ください。

また、すでに登録いただいた空き家を公開しておりますので、賃借・購入を希望する人もぜひご活用ください。

【アクセスはこちらから】



都市政策課☎229-3290

## 芸濃地域の行事予定（4月～6月）

日 時	行事名(内容等)	問合せ
4/ 1(木)10:30～	芸濃こども園入園式(2・3号認定)	芸濃こども園
4/ 6(火)10:00～	各小学校入学式	各小学校
4/ 6(火)13:30～	ササユリ・ウォーク 集合場所:芸濃保健センター	芸濃保健センター
4/ 7(水)10:00～	芸濃中学校入学式	芸濃中学校
4/ 8(木)13:00～	芸濃こども園入園式(1号認定)	芸濃こども園
4/13(火) 9:30～	すくすく健康相談 対象:妊産婦、乳幼児、保護者 内容:食事や育児などに関する相談 ※要予約	芸濃保健センター
4/16(金)10:30～	母子保健推進員による「ぱっちママサロン」 0歳から未就園児のお母さん(保護者)のためのサロン	芸濃保健センター
4/20(火)13:30～	ササユリ・ウォーク 集合場所:芸濃保健センター	芸濃保健センター
5/ 4(火)13:30～	ササユリ・ウォーク 集合場所:芸濃保健センター	芸濃保健センター
5/ 7(金)13:30～	寿大学	芸濃公民館
5/11(火) 9:30～	のびのび身体計測 対象:乳幼児、保護者 内容:身長、体重測定 ※要予約	芸濃保健センター
5/17(月)10:00～	離乳食教室(初期) 対象:妊婦、離乳食開始前または開始したばかりの乳児の保護者 内容:離乳食の進め方、調理のポイントなど ※要予約	芸濃保健センター
5/18(火)13:30～	ササユリ・ウォーク 集合場所:芸濃保健センター	芸濃保健センター
5/21(金)10:30～	母子保健推進員による「ぱっちママサロン」 0歳から未就園児のお母さん(保護者)のためのサロン	芸濃保健センター
5/30(日) 予 定	芸濃地域市民清掃デー(実施の有無については、後日総合支所からあらためて回覧します。)荒天時は6月7日(日)予定	地域振興課
6/ 1(火)13:30～	ササユリ・ウォーク 集合場所:芸濃保健センター	芸濃保健センター
6/ 4(金)13:30～	寿大学	芸濃公民館
6/ 8(火) 9:30～	すくすく健康相談 対象:妊産婦、乳幼児、保護者 内容:食事や育児などに関する相談 ※要予約	芸濃保健センター
6/15(火)13:30～	ササユリ・ウォーク 集合場所:芸濃保健センター	芸濃保健センター
6/18(金)10:30～	母子保健推進員による「ぱっちママサロン」 0歳から未就園児のお母さん(保護者)のためのサロン	芸濃保健センター

※狂犬病予防集合注射については、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため今年は実施しません。

動物病院で受けてください。

地域振興課 266-2516 芸濃保健センター 266-2520 芸濃公民館 265-6000

芸濃中学校 265-2031 芸濃小学校 265-2002 明小学校 265-2106

芸濃こども園 265-2027

◎掲載の行事については、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、変更または中止となる場合があります  
最新の情報についてはお問い合わせください。

◎芸濃地域の人口と高齢化率（令和3年2月28日現在：住民基本台帳） ◎本市交通事故件数

地区	総人口			65歳以上人口			高齢化率 (%)	2月末 (概数)	総事故 件数	人身事 故件数	死者数
	男	女	計	男	女	計					
椋本	2,413	2,380	4,793	476	673	1,149	24.0	本年	1,240	76	1
明	836	855	1,691	269	334	603	35.7	前年比較	▲141	▲18	0
安西	603	640	1,243	229	289	518	41.7				
雲林院	409	455	864	158	200	358	41.4				
河内	26	17	43	15	15	30	69.8				
計	4,287	4,347	8,634	1,147	1,511	2,658	30.8				

◎芸濃地域の火災と救急

種別	2月件数	本年累計		
			火災(津市)	救急(芸濃)
	11	20		
	35	73		