

# かまがり便り 12 月

2023年11月10日発行 第222号

発行:呉市蒲刈まちづくりセンター 後援:蒲刈地区社会福祉協議会



かまりん

### ●呉市蒲刈町人口●

令和5年9月末現在  
 男 652 (±0)  
 女 741 (+1)  
 計 1,393 (+1)  
 世帯 851 (±0)  
 ( )は前月比  
 住民基本台帳による



Facebook



## 『プロギング』ってなに？

プロギングという言葉最近よく耳にしませんか？プロギングとは、ジョギングしながらゴミを拾うスウェーデン発祥の新しいフィットネスです。

蒲刈の海沿いを車で走っていると、大きな網カゴをぶら下げごみを拾いながら歩いている女性や、草やゴミを取っている男性のプロギング姿を見かけます。カゴの中にはたくさんの空き缶。自主的に活動をしてもらっていることに感謝の気持ちでいっぱいになります。

町の景観をきれいに保つためには、自分のゴミは持ち帰りましょう。



一番多いのはマスク。多く落ちてる場所は原トンネルの中。カゴにいつも半分以上は拾うそうです。

## 『心をひとつに 蒲刈っ子』蒲刈中学校学習発表会



蒲刈小中合同発表会(中学校の部)が10月22日(日)に開催され各教科の作品展示や道徳参観が行われました。

ステージ発表では、みんなが一生懸命歌い、太鼓は大きな音色が響き渡り、練習の成果を発揮することができました。



## 呉市体育章受章おめでとうございます！ 石井 完二 様(向)

呉市体育祭総合開会式(10月29日)において表彰式が行われ、石井 完二さんが呉市体育章を受章されました。石井さんは、旧蒲刈町から体育協会に携わり40年余りスポーツ推進委員や役員として蒲刈のスポーツの発展に貢献されました。



## ゆたか海の駅とびしま館で住民票やコピー,チケットの予約購入等の実証実験サービスが12月上旬スタート



詳しくはこちら



100円  
お得

ゆたか海の駅とびしま館でコンビニの一部機能が利用可能になります(12月上旬予定)。

橋を渡らなくても、チケット購入や住民票・印鑑証明等の交付が受けられることは、とびしま島民にとって、とても助かるのではないのでしょうか。

税・公共料金・通販代金その他各種代金を店内のレジでお支払いできます。

「あ！住民票を取り忘れた。土日祝日は市民センターが開いていない」というときにご利用ください。

- コンサート・スポーツ観戦等のチケットの予約及び購入
- 高速バスチケットの発券
- 各種保険や検定試験の申込み等

- マイナンバーカードを用いた住民票・印鑑証明・戸籍謄本等の交付
- コピー・ファックス
- 写真プリント

場 所：ゆたか海の駅 とびしま館(大長5992-86)  
 定 休 日：月曜日、火曜日、その他不定休  
 営業時間：11時～16時まで

【問合せ】行政改革デジタル推進第1課 ☎25-3291

## 蒲刈駐在所からのお知らせ

### 『名義貸し』特殊詐欺多発！



広島警察署管内にお住まいの方の自宅の固定電話に、「福祉施設の建設が予定されている。入居権が65歳以上の方にあり名義を貸してほしい」と話しがあり承諾したところ、後日になって「名義貸しは犯罪で警察に捕まる。送金の利用履歴を作って実績を残せば逮捕はされない」などと言葉巧みに指示され現金を宅急便で送ったというケースが発生しています。

『名義を貸して』『権利を譲って』といわれたら詐欺です。すぐに判断せずに、家族や知人、警察に相談してください。

70歳以上の契約者に無料サービスが始まりました

### NTT西日本 サギ電話対策 ナンバーディスプレイ契約無料化

相手の電話番号が電話に出る前に電話機のディスプレイに表示されるサービス

【問合せ・申込】NTT西日本特殊詐欺対策ダイヤル☎0120-931-965  
午前9時～午後5時(年末年始12/29～1/3を除く)

## 妊婦に向けた体験が絵本に！

～tobusima-no-wa～

とびしま海道を中心に頑張っているママやパパの居場所作りの子育てサロンを2年前に立ち上げた高島 恵理さんが、絵本をママ友の広本さんと制作しました。

「かわいい いとおしい おなか」という題名でおなかの赤ちゃんと一緒に遊ぶ、かわいい色使いで柔らかいタッチで描かれ成長も記録できる絵本となっています。

この本ができるまで2年半かかり、その間、高島さんは第4子を妊娠し実際に自分のおなかと向きあいながら作成したそうです。妊娠した娘さんにプレゼントしたいと問い合わせがよくあると聞きました。

蒲刈まちづくりセンターにいらっしゃいますので是非手に取って読んでみてください。

【問合せ】E-mail holisticsalon.mokupuni@gmail.com



🍂 短期講座のお知らせ 🍂

楽しいリズム体操

令和5年12月8日(金)  
10:00~12:00

音楽に合わせて身体を動かし日頃の身体の動きを  
楽にする体操です。

【講師】 竹野内 英隆  
【対象】 18歳以上  
【定員】 15名  
【受講料】 400円  
【持参物】 シューズ・タオル・ヨガマット  
飲み物  
【締切】 12月1日(金)



冬休みこども講座  
新春書き初め

令和6年1月5日(金)  
13:30~15:30

年の初めに一年の抱負を書きましょう。  
後半は書道パフォーマンスに挑戦

【講師】 河部 花影  
【対象】 年少以上  
【定員】 15名  
【受講料】 500円(材料代含)  
【持参物】 習字道具(ない場合貸出し)  
【締切】 12月26日(火)



【問合せ】 蒲刈まちづくりセンター ☎ 68-0301

🍪 これからの短期講座予定 🍪

かんくんの四川料理講座  
皮から作る水餃子&担々麺

令和6年1月28日(日)  
10:00~13:00

12月20日(水)から申し込み開始



くるちゃんのおひるねベーカリーパン教室

令和6年2月23日(金・祝日)  
13:00~16:00

1月22日(月)から申し込み開始

※詳細はまたお知らせします。

🐼 安芸灘保健出張所からお知らせ 🌸

☆ 済生丸健診(宮盛)のお知らせ ☆

健診日: 令和6年1月5日(金), 9日(火), 10日(水), 11日(木)

場所: 宮盛棧橋

項目: 基本健診(特定健康診査), 胃がん, 肺がん, 大腸がん

料金: 無料

対象者: 蒲刈町宮盛在住の20歳以上の人

※船内での密集を避けるため,受付時間を区切ってご案内します。

申込み: 11月20日(月)午前8時30分から電話での予約開始です。

定員になり次第締め切ります。

安芸灘保健出張所 ☎ 70-7181へお申し込みください。

電話が混みあう場合でも,必ず安芸灘保健出張所にお電話ください。

★呉市国民健康保険被保険者の人は,特定健診の扱いにできます。  
「特定健康診査受診券(水色)」を受診日に持って来てください。  
40歳未満の方,国保以外の方は必要ありません。



11月10日~16日は  
アルコール関連問題啓発週間です。

過度のアルコール摂取は,  
依存症,暴力・DV・虐待,  
健康障害,20歳未満の飲酒,  
飲酒運転,妊婦の飲酒などの  
リスクがあります。



★アルコールと上手に付き合みましょう!

お酒を美味しく楽しく飲んで,  
健康に過ごすためには「自分の適  
量を知り,飲み過ぎない」ことが  
大切です。

「適正飲酒」について知り,アル  
コールリスクを減らしましょう。

【行事内容】	月日	時間	行事内容	対象者	場所
	11月28日(火)	10:00~11:30	わんぱく育児相談	乳幼児とその保護者	蒲刈まちづくりセンター(向)

※育児相談日には,母子健康手帳・フェイスタオル(計測用)を持ってきてください。

※体調不良を感じた時は,ご遠慮くださいますようお願いいたします。

【予約・問合せ】 安芸灘保健出張所 ☎ 70-7181

かまがり軽トラ 🚚 青空朝市

日時 11月19日,12月17日(日)

9:00~売れ切れ次第終了

場所 大浦トンネル手前パーキングエリア

問合せ 蒲刈市民センター ☎ 66-1111



●地域おこし協力隊着任(11月1日付)

藤井 直子さん



よろしくお願  
いします。次号で詳  
しく紹介します。

地域の交通に関する意見交換会

日時 12月2日(土)

14:25~(1時間半程度)

場所 蒲刈市民センター 大会議室

※詳しくは市政だより12月号P17

問合せ 呉市交通政策課 25-3239, 25-3062

公共交通は厳しい状  
況に置かれている今,  
より良くする事を目  
的として意見交換会  
を開催します。

おさかなカーニバル in 蒲刈

日時 11月19日,12月17日(日) (毎月第3日曜)

8:00~11:00

場所 潮騒の館(蒲刈水産物直売所)

問合せ 潮騒の館・沖本 ☎ 090-2866-7834



人権啓発展示

【期間】 12月11日(月)  
午後から  
12月15日(金)  
午前まで

【場所】 蒲刈市民センター  
1階ロビー

人権啓発に関する  
絵手紙・ポスター  
の展示を行います。



呉市蒲刈まちづくりセンター

呉市蒲刈町向1112-29 (TEL 68-0301) (FAX 68-0368)

E-mail [kamakom@city.kure.lg.jp](mailto:kamakom@city.kure.lg.jp) URL <http://www.city.kure.lg.jp/soshiki/122/>



パワフルな高島さんを見ていると,何もしてい  
ない自分に気づくけど行動には結びついてなく,脱  
帽です。少しでもこの紙面にて活動報告します。