

# 安芸灘だより

下蒲刈まちづくりセンターHP



令和7年8月号 No.260

(7月10日発行)

発行：下蒲刈まちづくりセンター 呉市下蒲刈町下島1730  
(TEL・FAX) 65-2027

後援：下蒲刈地区社会福祉協議会



## 人口と世帯

令和7年5月末現在

	(前月比)	(前年比)
人口	1,097人 (-4)	(-57)
男性	522人 (+1)	(-26)
女性	575人 (-5)	(-31)
世帯	664世帯 (-1)	(-22)

### きれいになるって気持ちいいね！ ～ごみゼロの町をめざして～



クリーン作戦：下蒲刈保育所

6月2日（月）下蒲刈保育所のこどもたちによる大津泊庭園クリーン作戦をかわきりに、6月29日（日）には多数の方々の参加により、町内クリーン作業が早朝から行われました。ご協力ありがとうございました。

下蒲刈地区公衆衛生推進協議会



町内クリーン作業

### ～夏到来～ 今月のカメラトピックス

梅雨も明け、本格的な夏がやってきました。下蒲刈島で色々な「夏」を見つけました！



楽しくウォーキング：6/7日 ⊕

初夏の下蒲刈  
おしゃべりしながら  
天神鼻コース  
楽しく完歩！



整備された丸谷花壇

6月17日（火）丸谷花壇の草刈り後に、夏の花「マリーゴールド・サルビア等」を植栽しました。

この活動は「喜楽会」により平成24年から続けられています。



なつまつり：6/28日 ⊕

踊り・的あて・ヨーヨーつり等たのしい『なつまつり』が下蒲刈保育所で開催されました。「いらっしやいっらっしやい」と年長組さんの声かけに屋台は大賑わいでした。

### 蒲刈小5・6年生 がんばってきました！

6月21日（土）「第60回交通安全子供自転車広島県大会」に広交通安全協会の代表として参加しました。

授業を終えてからの毎日の練習の成果を発揮し、個人の部で高 恭佑弥君が敢闘賞、自転車交通ルールマイスターとして認定されました。

この大会に向け練習を重ねるごとに自転車の正しい乗り方を習得できました。



### 夏の交通安全運動（7/11～7/20）

スローガン：『てをあげて くるまにおしらせ ぼくはここ』

運動重点：

- ・歩行者の安全な通行の確保
- ・高齢者の交通事故防止
- ・飲酒運転を始めとする危険運転の根絶
- ・自転車等の安全利用の推進

毎月1日は「自転車安全利用の日」



### 《 英語で遊ぼう 講座募集 》

日時：9月～12月 第1・3水曜日（全7回）

小学1～2年生 17:20～18:20

小学3～4年生 18:20～19:20

対象：小学1～4年生 定員：先着10名

場所：下蒲刈まちづくりセンター 会議室

参加費：2,800円（受講料） ※9月は第3のみ開催

持参物：飲み物（水分補給用）

講師：小島 亮

【申込】7月22日（火）～定員になり次第締切



### 《 素足にやさしい布ぞうり～完成 》

6月17日（火）「布ぞうり講座」を開催。布選びからワクワクの受講生達。講師からの助言や指導で自分好みの布ぞうりが完成しました。好評につき、10月に2回目を予定しています。



受講生の作品



## 雨が降り始める時期の健康のために

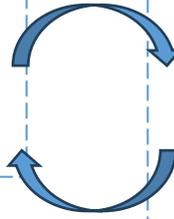


これから台風などによる大雨が心配な時期になります。  
雨が降り始める時期の健康のために、一人ひとりができることを紹介します。

大雨の時期には・・・

- ・雨が降る
- ・気象情報で大雨の映像や過去の災害の番組が目に入る
- ・エリアメールが鳴る

などの出来事によって



- ・気分が落ち込む
  - ・ドキドキする
  - ・眠りにくくなる
  - ・不安な気持ちになる
  - ・食欲がわかない
- などの心身の不調が起こりやすくなります。  
このような状況になることは、誰にでも起こりうることです。

【こんな気持ちになった時には】

- ◎必要な情報（天気予報）だけにとどめる
- ◎深呼吸などリラックスできることをやってみる
- ◎気分転換できること、自分の好きなことをやってみる
- ◎誰かに気持ちを話してみる



【問合せ】安芸灘保健出張所 ☎ 70-7181

【日ごろから健康のためにできること】

- ◎意識して、こころとからだを休める時間を作る
- ◎日常生活のリズムを崩さないように、睡眠をとる
- ◎できるだけ3食規則正しく、バランスの良い食事をとる
- ◎ウォーキングやラジオ体操など、自分の体の状態に合った運動をしてみる
- ◎音楽を聞く、本を読むなど、気分転換になることを見つける

## 大地蔵いきいきサロン ～花くす玉づくり～

大地蔵ふれあい会では、折り紙で花くす玉づくりに挑戦しています。この日は、百歳体操をしたあと、分担して折った花びらをボンドで留める作業をしました。

参加したみなさんは、和気あいあいとおしゃべりを楽しみながら、指先を器用に使ってパーツを仕上げていました。完成が楽しみです！

☆大地蔵ふれあい会☆ 開催日時：毎週木曜日 9:00～  
場 所：大地蔵集会所 参加費：無料  
【問合せ】杉原隆正（☎ 65-2428、携帯☎ 090-1689-9728）

どなたでも参加できます。  
お気軽にお越しください。



大地蔵ふれあい会：6/19日 ☎

## 献血にご協力を！

あなたの善意で救われる命があります。

日時：8月12日（火）  
14:00～15:30

【場所・問合せ】下蒲刈市民センター ☎ 65-2311



## 呉市安芸灘地域包括支援センターです！

地域包括支援センターはお年寄りの身近な相談窓口です。

- 「最近足腰が弱ってきた・・・」
  - 「もの忘れが気になってきた・・・」
  - 「介護保険ってどうやって使うの？」など
- お困りのことがあればお気軽にお電話ください！



☎ 66-1115 住所：蒲刈町田戸2308-1  
（蒲刈高齢者生活福祉センター内）

## おはなしころいんからのお知らせ

### 《 8月 絵本会の予定 》

日時：8月16日（土） 10:00～11:00  
場所：下蒲刈まちづくりセンター内 図書室



## ふれあいいきいきサロン 「ちょっと♡よいんさい」

内 容：社会福祉協議会講演  
日 時：7月28日（月） 14:00～15:00  
場 所：三之瀬集会所2階  
参加費：100円



※どなたでも参加できます。

## 蘭島文化振興財団からのお知らせ

### ～夢のかけはし～蘭島閣ギャラリーコンサート

日 時：8月16日（土） 開演18:00 開場17:30  
終演予定19:40頃  
場 所：蘭島閣美術館（呉市下蒲刈町三之瀬200-1）  
出演者：イリーナ・メジューエワ（ピアノ）  
入場料：当日一般1,700円、3才～高校生以下無料



\*全席自由席

【問合せ】蘭島文化振興財団 ☎ 65-2029



## あたたかい善意

下蒲刈地区社会福祉協議会へ次の方から寄付をいただきました。

いただいたご寄付は、故人のご遺志を生かし、地域の高齢福祉などに役立てられます。

三之瀬 柳田 哲也 様

【母 柳田 ヒサエ 様 逝去】

三之瀬 岡田 哲二 様

【父 岡田 初好 様 逝去】



暑中お見舞い申し上げます