



【令和6年11月末現在】(前月比)

人口	1,133人	(-3人)
男性	536人	(-1人)
女性	597人	(-2人)
世帯数	676世帯	(-2世帯)

【発行日】令和7年1月10日

【発行】下蒲刈まちづくりセンター

呉市下蒲刈町下島1730

【電話・fax】

(0823) 65-2027



あけまして

おめでとうございます

地域の身近な存在として、また、交流・学習・親睦の場として、皆様のお役に立てるよう努めてまいりたいと思います。

今年もよろしくお願ひいたします。

下蒲刈まちづくりセンター職員一同

～各地へ取材～下蒲刈の魅力み～つけた！

けんみん文化祭ひろしま'24 文芸祭 【現代詩】小・中・高の部

入賞 おめでとうございます

広島県知事賞

蒲刈小学校6年 井上 和波さん

公益財団法人ひろしま文化振興財団理事長賞

蒲刈小学校5年 濱下莉杏良さん

《 介護センター交流～蒲小にここぞ隊 》

12月13日(金)蒲刈小学校3・4年生が下蒲刈介護センター利用者の皆さんに元気を届けに訪問。クイズ、松ぼっくりけん玉などで楽しく過ごせ、手話で歌の披露もしました。元気と笑顔をお届けられた心温まるひとときでした。



手話で「花は咲く」を歌唱する児童

《 世界に1つだけのお正月飾り完成 》

松やユーカリ、水引などを組み合わせて、個性あふれる新年を迎える素敵な飾りができました。材料は、縄の色以外は同じでも、まったく感じの違う飾りの出来映えに大喜び。会場内は笑顔いっぱいでした。



お正月飾り短期講座：12/17

ヒートショック ってなに？

ヒートショックとは、温度の急な変化が体に与えるショックのことです。

◆ヒートショックの症状

軽度：めまい、立ちくらみ

重度：呼吸困難、胸の痛み、頭痛、嘔吐、意識消失、ろれつが回らない、立ち上がれない など

重度の場合は、脳梗塞や心筋梗塞などを引き起こしてしまう可能性があります！！

特に重度の場合、浴槽内で溺れている、意識がない、呼吸をしていないと判断したときは、

迷わず119番で救急車を呼んでください。

入浴中のヒートショックを予防する5つのポイント

- ① 食事後、飲酒後、体調が悪いときは、入浴は控えましょう
- ② 湯温設定は41度以下、お湯に浸かるのは10分以内にしましょう
- ③ 入浴前には、浴室や脱衣所を暖めておきましょう
- ④ 入浴前後に水分をとりましょう
- ⑤ 入浴前、家族に声をかけましょう

【問合せ】安芸灘保健出張所 ☎ 70-7181

《 布遊び 短期講座募集 》

ハギレを使用して楽しく作業し、可愛い小物を制作する。

日 時：1/31・2/7・3/7 全て金曜日（全3回）

13時30分～15時30分

場 所：下蒲刈まちづくりセンター

対 象：成人

定 員：先着12名

参加費：1,200円（受講料400円×3回）

持参物：裁縫道具一式（針・白糸黒糸・はさみ）
厚紙（方眼紙等）・鉛筆・消しゴム・のり

※別途材料費

申込受付：1月20日（月）～定員になり次第締切

【申込・問合せ】

下蒲刈まちづくりセンター ☎ 65-2027



サンタさん ありがとう：12/20(金)

下蒲刈保育所で、ひとあし早くクリスマス会が開かれ、白いおひげのサンタクロースと赤鼻のトナカイの登場に子ども達は



大歓声！歌や踊りで楽しい会になりました。子ども達の笑顔はほっこり温かく寒い冬には癒されますね。

楽しかった！クリスマススイーツ作り

12月25日（水）「クリスマススイーツを作ろう」講座を開催。もちりとした食感と8つの丸が輪のようにつながった形が特徴のポン・デ・リングに挑戦しました。自分の好きなトッピングで飾り可愛いスイーツが完成。美味しく楽しい時間を過ごせました。



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：2月15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：堀 正文（ヴァイオリン）

三又 瑛子（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



2025 とんど祭り

「とんど」とは？

お正月のしめ縄やお正月飾りを小正月に焼いて1年の無病息災や家内安全を祈願する行事です。書初めや絵をいっしょに燃やすと、習字や絵を描くのが上達すると言われています。

日時：1月26日（日） ■点火 10:00

※中止の場合は、当日町内放送でお知らせします。

場所：■三之瀬・・・（新）丸谷港

■下 島・・・大津会館グラウンド

■大地蔵・・・大地蔵集会所横広場



竹つきお餅の販売及び無料配布について

※各会場で、竹つきお餅を1個500円で販売します。会場に来られた70歳以上の方には無料で、保育所園児・小学生・中学生は引換券と交換で無料配布します。

【問合せ】下蒲刈市民センター ☎ 65-2311

ふれあいいきいきサロン

「ちょっと♡よいんさい」



内 容：節分

日 時：1月27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

おはなしころりんからのお知らせ

《2月 絵本会の予定》



日 時：2月15日（土） 10:00～11:00

下蒲刈まちづくりセンター内 図書室

たくさんの方の参加をお待ちしています。

※まちづくりセンター内図書室

☆貸 出：一人10冊まで

☆期 間：15日以内

☆開館時間：8:30～17:00

おはなしころりん
から200冊の本の
寄贈がありました。

【問合せ】下蒲刈まちづくりセンター

☎ 65-2027

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。ご厚情に対し深くお礼を申し上げます。

お寄せいただきましたご厚意は、地域のために活用させていただきます。

三之瀬 金澤 洋子 様

【夫 金澤 正信 様 ご逝去】

三之瀬 住田 良子 様

【夫 住田 春光 様 ご逝去】



迎春 本年もよろしくお願ひいたします。