

# ふかまのまど

第三八号 二年 七月一日  
発行元 深町連合町内会  
連絡先 五三三・三五二

## 連合町内会だより

盆行事について

文化部長 安藤 志保

四年にわたり中止を余儀なくされてきた盆行事ですが、6月17日に連合町内会文化部を開き、開催の方向で準備を進めることを決定させていただきました。  
ただし、感染リスクが依然としてあることから、新仏様供養(黙持)、太鼓踊り、抽選会にしばらく実施する予定です。  
つきまして、各家庭や事業所などで太鼓踊り奉納を希望される方は、文化部長までお知らせください。

日時：8月15日(日)

午後6時30分

場所：深小学校運動場

盆行事の詳細は、8月にお知らせ致します。皆様のご協力をよろしくお願い致します！  
問い合わせ(安藤)  
090-5265-3855

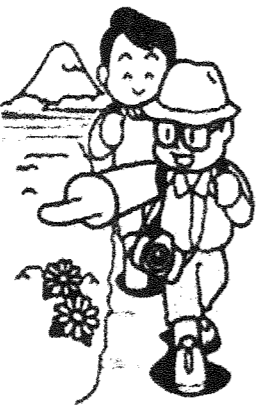
## 歩く会にご参加を

歩く会幹事

石井 堂照

本郷町船木

沼田川へ爆雪の滝



月日 七月十九日(火)  
予備日 二十一日(木)

行程

八時三〇分 深町上組公民館発  
九時三〇分 船木コンビニより  
沼田川探訪

十時三〇分 爆雪の滝探訪

十一時三〇分 終了(昼食)

十三時三〇分 深町上組公民館着(車)

## 第二中学校だより

中学生になって

一年 佐藤 希美

私が、中学生になって、がんばることは四つあります。一つ目は、友達を作ることです。

理由は、少し友達はふえたけれど、できればクラス半分ぐらいの人とは仲良くなつて、毎日の暮らしを楽しみたいからです。

二つ目は、部活を楽しんでやることです。

理由は、部活ははじめてだけど、三年生の先輩たちとする時間が少ないからです。

三つ目は、自分の決めたことは最後までやりきるといことです。

理由は、テスト前とかに計画を立ててやっていたもできなくて、あきらめたら意味がないし取り組む力もなくなつて、成績などもどんどん下がっていくからです。

四つ目は、学校のきまり(ルール)を守って一日をすごしていくことです。

理由は、きまり(ルール)を守つてすごすと、一日が楽しくなるし、自分もみんなもやる気が上がつてすごすことができるからです。私は、この四つを目標に、1年間がんばっていきたいです。

中学生になって

一年 島村 優希

ともだちをつくつて、ぶかつをがんばりたい。

中学生になったら、にがてなべんきようをがんばりたいです。

中学生になって

一年 徳永 拓海

ぼくは、中学生になって、二つの自分を目指したいです。

一つ目は、何事にも前向きに取り組む自分です。そのために、まず積極的に行動するようにして、部活動や、委員会などはげもうと思ひます。そして、前向きにたのしめるようがんばります。

二つ目は、メリハリをつけて、色々なことに対応することです。これは、小学生のころからできてなくてそれを直すために目標として立てました。そして、これを達成するために、まず授業と休憩時間のきりかえをはっきりとして楽しむ時は楽しんで頑張る時は頑張るといふ事を守って生活しようと思ひます。

これが中学生になって目指す二つの姿です。

中学生になって

一年 坂本 優衣

中学生になってまずがんばりたいことは、勉強と部活です。わけは、勉強は中学生になってむずかしくなると聞いたし、高校に行くためにもそれなりの成績がいると思うからです。また、部活は、先輩い達ともかかわるから態度やあいさつ、声だしなどをがんばりたいと思つたからです。

また、気をつけたいことは、言葉づかいです。わけは、私は先ばいや目上の人でも少し仲よくなつてきたりするとくせで敬語を使わずしやべつてしまうからいしきして気をつけたいと思ひました。

中学生になって、なれないことや大変なことがたくさんあると思ひけれど、がんばりたいです。また、友達とも協力しながらがんばつていきたいし、がんばりたいことを達成できるように中学校生活を楽しんで、送っていききたいです。

中学生になって

一年 向井 太一

ぼくが、中学校でがんばりたいことは二つあります。

一つ目は、授業を集中して受けることです。中学生になると、勉強がむずかしくなるし、おぼえることがふえるからです。そのため、先生の言うことをしっかりと聞いたり、大事なことはメモをしたたりすることを意識して授業を受けたいです。

二つ目は、部活動を本気で取りくむことです。中学校から、部活動も始まるので、勉強も大切だけど、部活動も大事なので、毎日の部活動も本気で取りくもうと思ひます。そのために、毎日家での自主をがんばろうと思ひます。でも、部活動だけでなく勉強もがんばるために、やるべきことはきちんとすることを意識して取り組みたいです。

この二つのことをがんばりながら、中学校生活を楽しみたいです。

## 深町各種団体七月行事予定

- ◆小学校
  - ▼校内算数検定 五日
  - ▼学区児童会 租税教室5・六年 放課後子ども教室 一四日
  - ▼防犯教室 一五日
  - ▼終業式 個人懇談会 二〇日
  - ◆如水館中学・高校
    - ▼期末テスト 一六日
    - ▼オープンスクール(第二回) 一〇日
    - ▼合唱コンクール 一四日
    - ▼学年会 二〇日
    - ▼終業式 二〇日
    - ▼保護者会 二二・二三日
    - ▼南部地区大会(中) 二二・二三・二四日
    - ▼前期夏期講習(高) 二五・二九日

## ふか放課後子ども教室

「放課後子ども教室」をご存知でしょうか？

「放課後児童クラブ」と間違われることが多いのですが、「児童クラブ」が働く保護者と子どもたちのための学童保育として月曜土曜、夏休みなどに開かれるのに対して、「子ども教室」は小学校に通うすべての子どもが対象で、地域住民の参画により地域住民との交流活動などを行う趣旨の制度です。

ふか放課後子ども教室は、R2年から休止していましたが、R4年から活動再開し、5月19日に第1回の教室を開きました。感染症の影響により打ち合わせなどが十分に出来ない状況だったので、スタッフ一同ドキドキしていましたが、「朝から楽しみにしていた！」と言ってくれる子ども達と一緒に、とても楽しい時間を過ごすことができました。

今年度は、あと4回活動する予定です。年度途中からの参加もできるのので、「参加してみたい！」という深小児童さんは深小学校へ、「教室運営を手伝えるよ！」という深地域のの方は、コーディネーターの安藤へ、ご連絡いただけたらと思ひます。

子ども達が心豊かで健やかに育まれる深町であり続けられるように、皆様のご協力をよろしくお願ひ致します。

スタッフ 窪田 理恵  
村田 善美  
コーディネーター  
安藤 志保

090-5265-3855

早や三ヶ月!  
深町お茶の間サロン(仮)  
協力者一同

深町お茶の間サロン(仮)が始まって三ヶ月が経ちました。のべ二百人以上の深町の方が参加され、小さい取り組みながらも、町内の新たな交流拠点と言えそうです。

6月は深小学校の子ども達もサロンに参加してくれて、一緒に楽しい時間を過ごすことができました。世代を超えて、日常的に町内の交流が進むと良いなと思います。さて、三ヶ月が経ちましたので、4月に行った体力測定を再度行います。7月27日に予定していますので、ぜひご参加ください。これまで参加されていない方、4月の体力測定を受けていない方も、大歓迎です!お気軽においでください。

また、サロン名称の投票も、ありがとうございました!「ふかまちのまど」8月号で正式名称発表させていただきます!

7月の予定  
6日・13日・20日  
27日(体力測定)

Instagram  
https://www.instagram.com/fukamachi.ochanoma/  
achi.ochanoma/



問い合わせ先(安藤)  
090-5265-3855

深町子どもを守る会

子どもをみんなで  
守りましょう。



深小の子供は

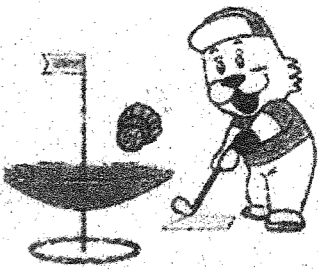
○午後三時半過ぎに下校します。

- ※下校時間は日によって異なることがあります。
- 近くで、遠くで、みんなで見守りましょう。
- あいさつ
- 声かけをしましょう。

TBG協会だより



三原市月例・令和四年六月  
ターゲット・  
バードゴルフ大会



三原市TBG月例大会が、六月十八日(土)に十九名の参加で深町・城山コースにて行われました。成績は、次の通りです。

- 一位 井上 幸子
  - 二位 笠井 隆二
  - 三位 藤岡 正胖
- ベスグロ  
六十四 井上 幸子

- 二人戦 一位 金子 勝彦
- 山内 好巳

次回の大会は、七月十六日(土)に行います。

※選手の敬称略  
TBG協会  
会長 船本 雄三

訂正とお詫び  
先月号のTBGだよりの箇所、頼兼 義昭と記載しましたが、頼兼 義昭に訂正させて頂きます。

高齢者相談センター  
どりいむだより

三原市高齢者相談センターどりいむ  
三原市中町6丁目31番1号  
電話 61-4410

歩行器について

足や腰の痛みやしびれから歩行が不安定となり、家の中を歩くのが難しくなったり、外に出る機会が減ったなど、思い当たる方はいませんか?そんな時に歩行器を使えば、しっかりと体を支えて安心して歩くことができます。

- ①足の負担を軽減
- ②バランスを保ち安定して歩ける
- ③行動範囲が広がる

種類とおすすめポイント

	固定型歩行器	交互型歩行器	キャスター付き歩行器
特徴	四脚で、持ち上げて前方に下ろして進む。	四脚で、左右のフレームに可動性があり、左右にずらすように動かす。	キャスターや車輪がついていて、押しながら進む。
こんな人におすすめ	上半身にある程度筋力がある人、脚に痛みがあり筋力が弱い人、杖では歩行が不安定な人。	片足に痛みがある人、姿勢バランスが取りにくく歩行が困難な人。	足腰に痛みがある人、筋力(上肢・下肢)の弱い人、立位バランスが保てる人。

シルバーカーと歩行器の違い



小さく軽いので運びやすい

・シルバーカー  
自立して歩行する人の外出をサポートするものです。  
コンパクトなものが多く、収納や持ち運びに便利です。  
シルバーカーでの歩行が難しく感じるなら、歩行器を検討するタイミングかも。  
介護保険で借りることはできません。



体の脇でしっかりと支える

・歩行器  
加齢による筋力低下や片麻痺等で支えが必要な人をサポートするものです。  
グリップが体の脇にあり、体重をしっかり預けて歩くことができ、安定性が高いです。歩行訓練等で使用されます。  
介護保険で借りることができます。

選ぶ時のチェックポイント

- ① 使う場所・目的を明確にする  
↓屋内用か屋外用か?リハビリ用か買物か?
- ② 身体状況に合ったものを選ぶ  
↓どのくらい歩けるか、筋力やバランス
- ③ 安定性が高いものを選ぶ  
↓しっかりバランスが取れる、体格に合うか

歩行器を選ぶ時には、ご自身に合ったものでないとかえって歩行状態が悪化してしまうことがあります。シルバーカーの購入をお考えの方は、まずは高齢者相談センターどりいむにご相談ください。(相談は無料です)

深の里山

(続き)

「ふかまちのまど」十周年記念冊子  
2004年発行

石井 静夫

桜滝

高平ダムの西側から流れ落ちる滝がある。滝の高さはおよそ20mで、桜滝とよばれている。かつて、彭祖ノ滝とともに御調四大滝の一つに数えられ、水量も豊富で見事な滝だった。小楢谷、桜谷、滝の奥などの水を集めて滝となったものだが、炎暑の夏でも涼しく、ここは別天地である。

滝の断崖絶壁には、イワヒバ(イワマツ)やシノブが自生しており、以前は危険をおかしても採取し、庭木として大切に育てたものだ。

この一帯の山には山桜が自生し、春の開花期(四月上旬)には、付近は桜花爛漫。花に囲まれたこの滝の美しさは、山の自然を彩る風景を象徴するものである。

又、ダムの青く澄んだ水に映える逆さ山の姿と、白い滝の水が調和してすばらしい眺め。山、森、滝、水など雄大な自然の中に身を置き、五感を解き放ち、すべてを享受する率直さが健康につながるものである。  
健康は人生最高の宝。

9高平ダムと竜泉寺ダムとの別れ

魚切りから登っていく途中に高平ダムがある。ここに、中国自然歩道の大きな標識(環境省・広島県設置)があり、各地を結ぶ距離標高、名所旧跡などが詳しく案内されている。又、ベンチも置かれ、一服する場所になっており、分岐点でもある。

北に向かえば、辻堂から御調八幡宮を経て佛通寺に至る。東に向かえば竜泉寺ダム、尾道市木之庄町、原田町梶山田の摩訶衍寺で、このコースはいずれも中国自然歩道で上り下りの多い険しい山路であるが、よく整備されて歩き易く、各地の山岳会の訓練用に、又、各種団体が部分的にハイキングコースとして利用している。竜泉寺ダムは、いつも満水の状態で水は濃く、山と森が調和して美しい眺めである。

このダムは当初、東尾道へ農業用水を送るために計画された。というのには、果は戦後の食糧難を解決するため、東尾道の土地約百町歩(百ha)を干拓し、米作りをしようとした。そして、それに必要な農業用水を確保するため、尾道市木ノ庄町竜泉寺にダムを造った。

ところが、昭和四十年代に入り、米余りとなり、干拓から埋め立てへ計画は変わり、現在東尾道は御団地になっている。