

ふかまちのまど

第三四九号 二三年 六月一日
発行元 深町連合町内会
連絡先 五〇六三・三五二

連合町内会滑動報告

深町連合町内会
会長 安藤 志保

4月23日(日)深町連合町内会定期総会を町民会館にて開催いたしました。
令和5年度の主要行事は次の通りです。

主な議事は次の内容です。

- ◆令和4年度
 - ・事業報告・決算報告
- ◆令和5年度
 - ・事業計画・予算案
- ◆令和5年度執行役員
 - 会長 安藤 志保 (中組)
 - 副会長 天木 雅之 (上組)
 - 副会長 池田 充子 (下組)
 - 文化部長 高平 美穂 (下組)
 - 事務局長 砂田 恭宏 (上組)
 - 監査 成末 吉彦 (上組)
 - 監査 宮本 弘 (下組)

◆令和5年度事業計画

- ①ふかまちのまど 毎月発行
- ②町民運動会 中止
- ③ゲートボール大会 6月
- ④盆踊り
- ⑤ちんこんかん太鼓踊り やつさ祭り 8月
- ⑥市民体育大会 9月
- ⑦おせち作り 10月
- ⑧ビーチボール大会 12月
- ⑨河川清掃 1月
- ⑩グランドゴルフ大会 3月

令和5年度深町連合町内会予算書

| 収入の部 | | 支出の部 | |
|---------|-----------|----------|-----------|
| 科目 | 金額(円) | 科目 | 金額(円) |
| 前年度繰越金 | 1,200,239 | 活動費(体育部) | 340,000 |
| 一般会計 | 864,000 | (広報部) | 50,000 |
| 益行事特別会計 | 0 | 行事費(文化部) | 1,005,000 |
| 市助成金 | 880,000 | 役員活動費 | 50,000 |
| 諸収入 | 0 | 助成金 | 120,000 |
| 利息 | 10 | 慶弔費 | 50,000 |
| | | 負担金 | 46,000 |
| | | 事務費 | 20,000 |
| | | 会議費 | 10,000 |
| | | 保険料 | 55,000 |
| | | 予備費 | 1,196,249 |
| 合計 | 2,944,249 | 合計 | 2,944,249 |

令和4年度深町連合町内会決算書

| 収入の部 | | 支出の部 | |
|---------|-----------|----------|-----------|
| 科目 | 金額(円) | 科目 | 金額(円) |
| 前年度繰越金 | 1,612,548 | 活動費(体育部) | 16,639 |
| 一般会計 | 0 | (広報部) | 50,000 |
| 益行事特別会計 | 54,150 | 役員活動費 | 50,000 |
| 市助成金 | 589,500 | 助成金 | 125,000 |
| 諸収入 | 10,000 | 諸費 | 50,000 |
| 利息 | 11 | 負担金 | 46,200 |
| | | 事務費 | 18,115 |
| | | 会議費 | 6,824 |
| | | 保険料 | 53,610 |
| | | 予備費 | 234,212 |
| 合計 | 2,266,209 | 合計 | 2,266,209 |

町民会館だより

深町町民会館
館長 安藤 志保

連合の総会前に町民会館にて総会を行いました。

- ◆令和5年度役員
 - 館長 安藤 志保 (中組)
 - 副館長 天木 雅之 (上組)
 - 副館長 池田 充子 (下組)
 - 会計 石井 勇治 (上組)
 - 監査 向井 省三 (上組)
 - 監査 英賀谷 和恵 (中組)
 - 監査 廣川 誠 (下組)

◆令和4年度収支決算報告

※会館の使用申し込みは
管理人 向井 省三
電話 6416405
に申し込み下さい。
◆令和4年度会館利用状況
利用回数 121回
利用人数 1318人
◆令和5年度予算書

令和5年度深町町民会館予算書

| 収入の部 | | 支出の部 | |
|---------|---------|--------|---------|
| 項目 | 金額(円) | 項目 | 金額(円) |
| 繰越金 | 190,077 | 電気代 | 100,000 |
| 委託金 | 238,539 | ガス代 | 30,000 |
| 運営管理費 | 0 | 水道代 | 40,000 |
| 会館金庫管理費 | 0 | 灯油代 | 0 |
| 会場使用料 | 0 | 浄化槽管理費 | 103,000 |
| 利息 | 0 | 消耗品代 | 5,000 |
| 運営費助成金 | 30,000 | 事務費 | 1,000 |
| | | 備品費 | 0 |
| | | 予備費 | 179,616 |
| 合計 | 458,616 | 合計 | 458,616 |

令和4年度深町町民会館決算書

| 収入の部 | | 支出の部 | |
|---------|---------|--------|---------|
| 項目 | 金額(円) | 項目 | 金額(円) |
| 繰越金 | 172,643 | 電気代 | 89,289 |
| 委託金 | 238,539 | ガス代 | 25,630 |
| 運営管理費 | 0 | 水道代 | 34,489 |
| 会館金庫管理費 | 0 | 灯油代 | 0 |
| 会場使用料 | 0 | 浄化槽管理費 | 44,044 |
| 利息 | 2 | 消耗品費 | 1,586 |
| 運営費助成金 | 30,000 | 事務費 | 200 |
| | | 営繕費 | 55,869 |
| | | 予備費 | 190,077 |
| 合計 | 441,184 | 合計 | 441,184 |

「ふかまちのまど」ホームページのアドレスは
<http://www.jcat.ne.jp/~fuka/top.html>

PTAだより

よろしく願っています
深小学校PTA会長 西 真巳子

地域の皆様におかれましては、平素よりPTA活動へのご理解とご支援をいただきまして誠にありがとうございます。

今年度PTA会長を務めさせて頂いたことになりました西真巳子と申します。なにぶん初めての経験ですので、地域の皆様にはご迷惑をおかけすることと思いがすがどうぞよろしく願っています。

さて、今年度は深小学校に新一年生2名、転入生2名が加わり、全校児童21名となりました。少子高齢化の影響は深町も例外ではなく数年前に比べると更に児童数が少なくなつてきております。ですが、小さな町の小さな小学校ならではの、上級生が下級生を守り、引つ張つてゆく「皆の顔が見える関係」が引き継がれ育まれていいると思えます。そんな子どもたちの成長していく姿をこれからもあたたく見守つていただければ幸いです。

私もPTA会長一年生ですが子供供達に負けないように頑張ります。地域の皆様、保護者の皆様には交通安全や各種行事等へのご協力をお願いすることになると思っております。何卒よろしく願っています。

シャクヤク



深町子どもを守る会

子どもをみんなで見守りましょう。

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。

謹んでお悔やみ申し上げます

綱掛 キミエ様 八十九歳
(下組 一班) 五月一日

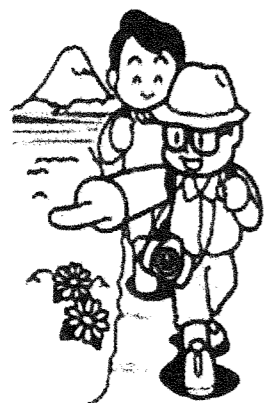
深町各種団体六月行事予定

- ◆連合町内会
 - ゲートボール大会 中止
 - 中組町内会
 - 防災力アップ講座 一八日
 - 小学校
 - 委員会活動 一二日
 - 耳鼻科検診 一三日
 - プール清掃 一六日
 - 看護実習 一九〜二二日
 - 水泳指導開始 二〇日
 - スクールカウンセラー 二〇日
 - 校内漢字検定 二二日
 - 歯科検診 二六日
 - クラブ 二七日
 - 参観日・学級懇談会 二七日
 - 如水館中学・高校
 - 耳鼻科検診(中) 一日
 - 朝会・教育実習 二日
 - 身だしなみチェック 二日
 - 英語検定・内科検診 二日
 - 県総体 三日
 - 内科検診 五日
 - 各委員会・学力診断(中) 七日
 - 就職・公務員模試(高三) 七日
 - 耳鼻科検診 八日
 - 教育振興会総会 九日
 - 内科検診 二二日
 - 歯科検診 二四日
 - 耳鼻科検診 二五日
 - 数学検定 二七日
 - オーブンスクール 二八日
 - 内科検診 二九日
 - 学年朝会(高三) 二〇日
 - 学年朝会(高二) 二二日
 - 学年朝会(高一) 二二日
 - 学年朝会(高一) 二二日
 - 内科検診 二六日
 - 耳鼻科検診 二九日

歩く会にご参加を

歩く会幹事 石井 堂照

三原市 沼田西町コカコーラ周辺



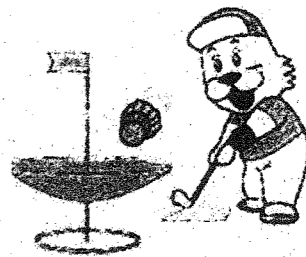
月日 6月6日(火)
(雨天でも決行)

行程
8時40分 深町中組町民会館発(車)
9時10分 コカコーラ付近より 探訪開始
11時30分 探訪終了 昼食
13時30分 深町中組町民会館着(車)

TBG協会だより



三原市・月例
ターゲット・
バードゴルフ大会



三原市TBG月例会大会が、5月20日(土)に17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。

- 1位 田中 好康
- 2位 井上 幸子
- 3位 天木 雅之
- ベスグロ66 井上 幸子
- 2人組戦1位 船本 雄三 井上 幸子
- ホールインワン 井上 幸子 天木 雅之

※選手の敬称略

次回の月例会大会は、6月17日(土)に、行います。

TBG協会

会長 船本 雄三

第20回広島県TBG大会が、5月14日に芦田川TBG小谷コースでありました。

三原TBG協会から、5名が参加して成績は次の通りです。

- 一般クラス 船本 雄三 2位 三崎 卓夫 6位
- シニアクラス 金子 勝彦 5位 林 洋祐 7位 西田 實 13位
- 2人組 船本 雄三 3位 金子 勝彦 7位 林 洋祐 7位 村上 卓志 (尾道のTBG協会)

買物レシート投函のお礼

三原市TBG協会 会長 船本 雄三

紫陽花の花の紫が日ごとに深まる今日この頃、皆様には健やかに過ごして欲しいと思います。平素よりターゲット・バードゴルフ協会へ、格別のご支援をいただき感謝申し上げます。又この度も、ニチエー中之町店におきまして2月から3カ月間買物レシートの投函に、ご協力いただき有難うございました。ご協力いただいた温かいご厚意は、ターゲット・バードゴルフ協会運営のために大切に使用させていただきます。ありがとうございました。

サロン深つかふかだより

協力者一同

4月後半から5月にかけてのサロンは、「肌寒いから、しつかり体を動かそう」という日があつたかと思うと、急に暑くなつたり、季節の移り変わりを感じる一カ月でした。

サロンでは、億劫な気持ちになりがちな「脳トレ」を、ゲーム感覚でできるものや、チームで一緒に考えるものなど、楽しくできる工夫をしながらやっています。

写真の脳トレは、五十音の文字を一回ずつ全部使つて3文字の単語をつくつていくところ。写真の下側に「めがね」「てれび」等、文字が並んでいるのがみえるでしょうか？



また、ある日の脳トレは、こんな計算がお題でした。

- ◆1時間 45分+2時間 15分-58分=
- ◆2時間 15分+3時間 15分-1時間 30分=
- ◆4時間 15分+45分-1時間 25分=
- ◆2時間 57分+1時間 18分-2時間 30分=
- ◆3時間 52分+1時間 18分-2時間 15分=

みなさんも文字の並び替えや計算をやつてみてください。

いきいき体操を始めて一年が経つたので、最初に体操の指導に来てくださった市役所高齢者福祉課のお二人に6月14日にサロンにおいていただきました。効果ある動きができていくかどうか確認したり、体力がついて体操がラクになったり、人は少し負荷をかける動きを教えるのもつたりします。体力測定もやります。

また、14日は三原城町病院の理学療法(リハビリ)の先生も一緒に来てくださいます。膝が痛い、腰が痛いなどのお悩みがある方の質問にも答えていただけます。初めての参加も大歓迎です。ぜひお気軽にサロンに来てみてください。

6月から、毎回少しずつ「深盆踊り」を覚えて練習しよう！と張り切っています。盆踊りの練習や継承に協力してくださる方も大募集です！不要なうちわがある方は、ご提供いただけましたら助かります。

6月の予定

- 水曜日 10時~11時30分
- ・7日・14日 (体力測定など)
- ・21日・28日

持ってくるもの

- ・飲み物・室内シューズ
- ・長いタオル(体操に使います)
- ・うちわ(盆踊り練習用)

◆インスタグラムで活動の様子を発信しています。

<https://www.instagram.com/fukamachi.ochanomai/>

問い合わせ先(安藤)

090-5265-3855



高齢者相談センター
どりいむだより



高齢者相談センターどりいむ
三原市中町6丁目31番号

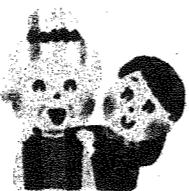
電話 61-4410

高齢者相談センターどりいむでは、高齢者の日常生活上のあらゆる相談に応じています。お気軽にご連絡ください。(相談は無料です)

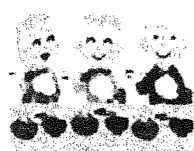
高齢者のメンタルヘルス(心の健康)

三原病院 公認心理士

竹田 博樹



高齢者との関係に限ったことではありませんが、人と人との関係には敬意がとても大切です。人は、尊敬され大切に扱われるからこそ、輝きます。このことは、私たちの一生を通じて変わりがありません。それは私たちが、自分に敬意を払い、自分自身を大切な存在として扱えるでしょうか。優しい人なら、相手のことばかりで自分のことは後回しになってしまっている場合もあるでしょう。



心の健康を維持するというのは、とどのつまり、かけがえのない自分に敬意を払い、大切に扱うということではないでしょうか。身体をいったり、栄養あるものを食べる、しっかりと睡眠をとる。心と身体が喜ぶように運動したり、興味や関心が湧いてくる活動を行ってみたりする。疲れた時には心も身体も休める。一緒にいると元気が湧いてくる。

てくるような人たちと関係を大切にする。



悩みや困りごとがある時には、早めに誰かに相談した方がいいですね。もちろん相手は選んだ方がいいでしょうが、私たちは、遠慮や気兼ね、相手への迷惑を考慮して、ついつい我慢してしまいがちです。もし、心や身体に良くない影響が出始めていると気づいた、あるいは、周りの人たちが気づいてくれた時には、医療機関の利用を考えてみてください。



左の表に、身近なストレス対処法のヒントをあげてみました。例えば、『運動する』なら散歩や体操など、『笑う』ならコメディ映画を観る。誰かと話をして笑いあうなど、様々なバリエーションがあります。些細なことでも構いませんので、皆さんが心地よいと感じられる活動を生活に取り入れて、かけがえのない自分自身を大切にしてみてください。

| | |
|----------|-----------|
| 歌う | 風呂に入る |
| 踊る | 買い物をする |
| 笑う | おしゃれをする |
| 運動する | 散髪する |
| 食べる | 仲のいい人と過ごす |
| 良い香りを嗅ぐ | 自然に癒される |
| 音楽を聴く | 寝る |
| 綺麗なものをみる | 今を楽しむ |

人口の推移

3月31日現在

| 年度 | 深町 | | | | 中之町南 | | | |
|------|-----|-----|-----|-------|------|----|----|-----|
| | 世帯 | 男 | 女 | 計 | 世帯 | 男 | 女 | 計 |
| 令和4年 | 458 | 516 | 514 | 1,030 | 47 | 58 | 64 | 122 |
| 令和5年 | 459 | 503 | 505 | 1,008 | 47 | 56 | 64 | 120 |
| 前年比 | 1 | -13 | -9 | -22 | 0 | -2 | 0 | -2 |

(外国人を含む)

| 三原市 | 世帯 | 男 | 女 | 計 |
|------|--------|--------|--------|--------|
| 令和4年 | 42,923 | 42,945 | 46,595 | 89,540 |
| 令和5年 | 43,197 | 42,618 | 45,999 | 88,617 |
| 前年比 | 274 | -327 | -596 | -923 |