

おくちゃん・たよい

第77号

令和7年11月1日発行 発行者: 奥町連区地域づくり協議会 広報部会

主催: 地域づくり協議会
ふれあいをつくる会

奥町連区 敬老会

令和7年 9月21日開催

奥小学校屋内運動場にて開催しました。
さわやかな晴天に恵まれ、291名という大変多くの皆様に足を運んでいただきました。
式典後のお楽しみ会では、月乃会の皆様による民謡、白木久美さんによる手品、経大亭勝笑さんによる漫談で会場は大いに盛り上がりしました。ご来場いただいた皆様ありがとうございました。



今年度、敬老会参加対象となる方は、奥町で1,914名おみえになりました。



民謡 月乃会

手品 白木久美さん

漫談 経大亭勝笑さん

特殊詐欺被害防止メッセージカード贈呈式

全国的に電話を使った詐欺が広がっており、一宮市でも多くの高齢者の方が被害に遭われています。

そこで、本年度防犯少年団モデル校である奥小学校の児童が「特殊詐欺被害防止」の願いを込めた『メッセージカード』を敬老会の折に配布することで、特殊詐欺被害防止を呼びかけることになりました。

敬老会前々日の9月19日(金)奥小学校校長室において、メッセージカードの贈呈式が行われました。子どもたちの代表から地域づくり協議会 足立会長に手渡され、2日後の敬老会において参加された皆さんの手元に届きました。



「FMいちのみや」に地域づくり協議会がラジオ出演

2013年1月に開局した一宮市のコミュニティラジオ局『FMいちのみや』より市内にある23連区を週替わりで紹介する長寿番組コーナー『連区23(ツースリー)』に8月18日～22日において町会長会会長及び各部会長が出演されました。

奥町の地域性・特徴、地域づくり協議会の役割・各部会の地域で情報や問題の共有を図り、安全で安心して暮らせる住みよい奥町をつくりましょう！と、熱いところざしで話されました。

【出演日程】

8月18日 西井町会長会会長 8月19日 富川安全安心部会長
8月20日 長谷川元気部会長 8月21日 山口ふれあい部会長
8月22日 時田広報副部会長

以上、5名の方が午前9時より笑顔で出演されました。

FMいちのみや Liveスタジオ内



主催：公民館

こどものパンづくり教室

令和7年 7月26日開催
令和7年 8月23日開催

毎年好評パンづくり！

今年はハムロールパン、クリームチョコロールパンを作りました。

総勢40人の子どもたちが、パンをこね、包丁に悪戦苦闘しながらも野菜を刻み、美味しいパンを焼き上げました。焼き上がりの香ばしいパンの味は、最高の贈り物です。



主催：公民館

親子職業体験

令和7年 8月30日開催

初めての試みとなる職業体験！

プロのネイリストや大工を講師に迎え、それぞれの希望の体験に挑戦しました。

ネイリスト体験では、やすり等を使った詰めめの整え方やネイルの塗り方を学び、最後はお子さんが親へネイルを施しました。

大工体験では、のこぎり、金づち、電動ドリル等を使い棚づくり！世界にひとつだけのオリジナル棚が完成しました。

ネイリスト体験



大工体験



主催：民生児童委員協議会

おくちょういきいきサロン

令和7年 9月17日開催

9月のいきいきサロンは『免疫ケアの重要性をお伝えします。』と題し、ドラッグスギヤマ様、麒麟ビバレッジ様両名の方の講演を奥公民館で行いました。

「免疫維持に役立つ情報」「免疫機能を維持するメカニズム」などの多少難しい話もありましたが、健康を維持していくために何が必要かを学び、これからの食生活に役立つ情報を聞くことができました。

「長生きするためには健康が一番」「外敵から身を守る免疫機能も重要」などと話し合う声も聞こえ、これからの生活に少しでも活かせることができる役立つ情報でした。



免疫ケアはとても大事！

主催：女性の会

教養講座【感情との付き合い方】

令和7年 6月22日開催

講師は、公認心理士で保育士、家庭教育カウンセラーとしても活躍している古川泰子さんです。

講座では、「感情(気分)」「認知(考え方)」「行動」のつながりを学びながら、日常生活の中で相手も自分も大切にする自己表現やコミュニケーションの大切さを考えました。

つい頭に浮かんでしまう“思いぐせ”についても触れ、さらに『認知再構成法』という手法を体験。つらい出来事に直面した時、考えを書き出すことで気持ちを整理し、問題の見え方が変わることを実感しました。

参加者からは、「自分を振り返るいいきっかけになった」「毎日を前向きに過ごせそう」といった声が聞かれました。最後に紹介された『他人と過去は変えられないが、自分と未来は変えられる』という言葉がとても心に残った講座でした。



主催：女性の会

教養講座【ローリングストックのすすめ】

令和7年 7月23日開催

一宮市に依頼して、出前一聴講座『ローリングストックのすすめ』が開催されました。

講師は、一宮市保健所健康支援課統括グループの管理栄養士 加藤久恵さんと、一宮市健康づくり食生活改善ボランティア協議会の皆さんをお迎えしました。

『ローリングストック』とは、普段使う食品を少し多めに買い、使った分を補充していく備蓄方法のことです。「食べながら備える」ことで、災害時に普段使い慣れた食材を使って食事を作ることができます。特に不足しがちなビタミンやミネラルを含む緑の食品群(野菜・きのこ・海藻類)の備えが大切だと教えていただきました。講座では、ワカメごはんの素やトマト缶、野菜ジュース、ドライパック食品(大豆・ひじき・ミックスビーンズ・コーンなど)が紹介されました。中でもトマト缶はそのままでも調理にも使え、水分補給もできるので非常時の強い味方です。普段から食卓に取り入れておくことで、いざという時も安心です。



参加者からは「災害時こそバランスのよい食事が大切だと分かった」「100円ショップの商品もうまく使いたい」「防災の考え方が変わった」などの声が寄せられ、学びと気づきが詰まった有意義な時間となりました。日頃のちょっとした工夫が、非常時の安心につながることを実感できた講座でした。



「生き生き講座」を内込郷長寿クラブ主催で開催！

9月24日 内込公民館にて「生き生き講座」食事は楽しくおいしく大切に(健康食事)と言う事で開催されました。講師は一宮市保健所の管理栄養士 加藤久恵さんをお迎えしました。

人が生きていく為に、食事は欠かせません。体に必要な栄養素を過不足なくとることで、健康は保たれます。その為には、**バランスの良い食事**が大切です。その基本は、**主食・主菜・副菜**などをそろえること。これを朝・昼・夜の3食それぞれにそろえ規則正しく、腹八分目、楽しくおいしい食べる事が消化も良く、大切とお話されました。

また、高齢期ではたんぱく質を多く含む食品を摂取することや、適度な運動を心がけることが筋肉量の維持に繋がります。とのお話で講座は終了しました。



《奥町の過去の写真募集！》

今ではとても信じられないでしょうが、かつて奥町の本曾川には砂浜が広がり、多くの人が泳いでいました。長年、奥町に住んでみえる方の中には実際に泳いだという方もおみえになるかと思います。そんな昔懐かしい奥町の思い出がつまった写真を募集します！お持ちの方は、ぜひご応募ください。

1 写真について

- ・色 … 白黒でもカラーでもかまいません。
- ・大きさ … 角2封筒(22.4cm×33.2cm)に入る程度のもの。
- ・枚数 … 最大で10枚まで。
- ・人物 … できるだけ映っていないもの。映っていても顔がわかりづらいもの。

2 応募資格 奥町在住の方

3 応募方法 封筒などに入れて、奥町出張所1階エレベーター横の銀色ポストに入れてください。町内名、住所、氏名などをご記入ください。記入がないと写真をお返しできません。

4 応募締切 令和7年12月1日(月)

5 その他 採用された方には、粗品を進呈します。

『スタンプラリー2025』開催のお知らせ

奥町連区地域づくり協議会主催「スタンプラリー」を下記日程で開催します。

多くの方にご参加頂きますよう、よろしくお願いいたします。

詳しくは、『おくちゃん・たよりスタンプラリー特別号』をご覧ください。

開催日 令和7年11月16日(日)

開催日当日は、公民館まつり・奥消防まつりも同時開催いたします！

公民館まつり：奥中学校屋内運動場 奥消防まつり：消防団奥分団車庫

奥町の皆さんが楽しめる1日になると思います。

<参加申込>

下のQRコードから



消防団奥分団から団員募集のお願い

消防団奥分団は現在14名の団員で活動しておりますが、定員(20名)にはまだ不足しております。消防団活動に関心をお持ちの方は下記までお問合せ下さい。



PR動画

【問合せ先】一宮市消防本部 消防団担当:0586-72-1193

※一宮市消防本部制作消防団PR動画(YouTubeにて)

『ヒーローを求め 一宮市消防団』是非ご視聴ください。



11・12月 奥町連区 行事予定

月	日	行事名	会場	主催者
11	7	あいさつ運動	奥町駅他	地域づくり協議会
	8	体育発表会	小学校	奥小学校
	13	思いやりとふれあいの集い	公民館	社会福祉協議会奥支部
		スタンプラリー2025	奥町内	地域づくり協議会
	16	公民館まつり	中学校	公民館
		奥消防まつり	分団車庫	消防団奥分団
12	19	おくちょういきいきサロン	瀬古会館	民生児童委員協議会
	6	親子陶芸教室	公民館	公民館
	14	プチ・ショートテニス大会	中学校	公民館
	17	おくちょういきいきサロン	公民館	民生児童委員協議会
	21	冬の映画会	公民館	AV技術者の会

行事予定には、奥町連区全ての行事は掲載されておきませんので、ご了承ください。

おくちゃん・たよりに関することは、下記までお問い合わせください。

【問合せ先】奥町連区地域づくり協議会 広報部会 連絡先:奥町出張所 28-9008

