



# 広報つつじ



2025年9月1日  
つつじが丘自治連合会  
会長 片山榮二  
発行部数 3020部

## 9月号



☆スマホでも広報つつじが見れます  
QRコードをカメラでスキャン↑

### TOPIC

ひだまり便り・剣道の達人紹介(石田八段) (2面) 9月行事予定 (3面) まちの保健室・読者投稿 (4面)  
名張市副市長地域訪問・内閣総理大臣賞受賞(北9番町 原さん) (5面) 防災訓練講演会等お知らせ (6面)

つつじが丘北一番町バス停にて

## 住民を支える立役者



通勤、通学、通院に、お買い物・・・時間になれば来てくれる、私たちの”足”であるバス。つつじが丘の発展と共に生活を支え続けてくれているバスですが、年々利用者の減少と共に本数も減りつつあります。山の上にあるこの町は自動車がないと生活がしづらく、一人一台が当たり前のようにならざるを得ず、自家用車を利用しています。しかし、公共交通機関であるバスの利用が減っていく中で維持が難しくなっています。今は自家用車があるけれど、乗れなくなった時に困らないようにも、様々なサービスも活用しながら今後も生活に無くてはならないバスを利用し、お互いを支え合えるように、人にもバスにも優しいつつじが丘住宅をあなたも目指しませんか？

## ひだまり便り(だより)



7月の「ひだまり」の利用状況は、次の通りです。

◆南集会所:大人17名、子ども76名 ◆北集会所:大人18名、子ども60名

「ひだまり」は、夏季期間(5月から10月)中、午後2時から6時まで開催しています。7月は、夏休みが始まり、少し早い時間から子どもたちが来て来てくれています。😊

また、7月からは、「押し花サークル」の皆さんのご厚意により、サークルを行っているときにも、「ひだまり」を開催できました。「押し花サークル」の皆さん、ありがとうございます。

## ウォーターサバイバル大会を開催

8月20日(水)午前10時から南集会所駐車場で、ウォーターサバイバル大会を行いました。当日は、約20人の子供たちと、ご家族の方が参加され、大人も子どもたちも、暑い中、大いに盛り上がりました。参加した子供たちが、会場のゴミひろいも手伝ってくれて、みんなで開催できたすてきな大会でした。子供たちのために提供していただいたスイカで、スイカわりを楽しみ、みんなでいただきました。

誰もけがすることなく、無事に終わることができました。ありがとう👍😊



## 剣道の達人のご紹介

今回ご紹介するのは  
石田健一範士(八段)

剣道歴64年(中学1年から剣道を始め現在に至る)大阪府警剣道特錬に入り、全国の強者が集まる中、強くなれなければクビになるという環境の中で、強くなるため、苦しさに耐え続け1日1日を過ごす。1年間程耐え続けた頃、周りの練習についていく事ができたそうです。そして特錬での良い先生、強い先輩達との出会いがあり石田範士はどの様にすれば強くなれるのかを見て学び、動きを一つ一つ研究し自分の物にしていきました。竹刀は稽古の種類に合わせて何本も持ち込み、場面にあった竹刀を使い分けていたそうです。コツコツと練習に練習を重ね、日本一の剣士となりました。先生から教わった、「指導者とは指導される側以上の努力をする」と「次代に正しい剣道を伝える」と言う事を胸に、今は週に5回の指導・稽古に励んでいるとの事です。

「剣道は、剣の理法の修練による人間形成」と言われるように人間を育てる手段である。体力も男女差もあまり関係無く、正しい努力を続ければ、誰でも強くなれる。剣道は、元々刀を持つての切り合いから始まっており、剣道をやる事により、物事を一生懸命取り組むと云う土壌が出来る。

私も、後どれくらい剣道が出来るか分からないが、これからも挑戦し続ける覚悟である。

「剣道家としての自分の夢に向かって」と、石田範士

物事を命がけで取り組む。やる事が素晴らしい。だから”めいっぱい”する。

「1982年(昭和57年)全日本剣道選手権第30回優勝(当時33歳)」 「大阪府警察剣道名誉師範」

・資源ごみ～△北番町 ▲南番町 ・廃品回収 □北1～8 ◇北9～10 ■南1～8  
 ・●燃やすごみ～毎週火・金曜日 ・●燃やさないごみ～毎月第1水曜日 青パト



日	曜	自治協議会 (全住民対象)	自治連合会 (自治会会員対象)	備考
1	月	スクエアステップ		
2	火	ず～っと元気健康教室		●
3	水		ひだまり開放日 広報つづじ編集会議	★▲
4	木			■△
5	金	きになるサロン(北)	ひだまり開放日(南のみ)	●
6	土		前期理事会	
7	日	救命救急講習会	デジタルサロン	
8	月	スクエアステップ		□
9	火	おじゃまる広場		◇●
10	水		ひだまり開放日	
11	木	健康フェスタ 第2回 会則改定委員会		
12	金		ひだまり開放日(南のみ)	●
13	土		つづじが丘祭り実行委員会	
14	日			
15	月			

日	曜	自治協議会 (全住民対象)	自治連合会 (自治会会員対象)	備考
16	火	ず～っと元気健康教室		●
17	水	おにぎりくらぶ	ひだまり開放日	
18	木	南サロン カレー亭		■
19	金	きになるサロン(南)	ひだまり開放日(北のみ)	●
20	土		後期理事会	
21	日			
22	月	スクエアステップ		□
23	火	おじゃまる広場		◇●
24	水		ひだまり開放日	
25	木	特定健診結果説明会		
26	金		ひだまり開放日(南のみ)	●
27	土		4役会議	
28	日	防災講演会 子ども育成委員会		
29	月			
30	火			●

### 催し案内

#### スクエアステップ

日時：9月1日・8日  
 22日(月曜日)  
 10時～11時  
 市民センター大会議室  
 参加費・予約不要  
 持ち物：タオル、上靴、飲み物  
 どなたでも、お気軽にご参加下さい

#### ず～っと元気健康教室

日時：9月2日・16日  
 (火曜日)  
 10時～11時15分  
 市民センターホール  
 ※事前登録制(年度初め)

#### ひだまり開放日

日時：9月3日・5日  
 ・10日・12日・17日  
 ・19日・24日・26日  
 (水・金曜日) 14時～18時  
 南北集会所  
 お気軽にどなたでもご利用  
 いただけます。憩いの場として  
 利用してみませんか？  
 ※北・南で開放日が異なる事があります

#### きになるサロン

日時：9月5日・19日  
 (金曜日)  
 北集会所 10時～11時半  
 子育て中の方もそうでない方  
 もどなたでもお気軽にご利用  
 ください。

#### デジタルサロン

日時：9月7日(日)  
 10時～12時  
 市民センター第二講座室  
 コーヒーを飲みながらデジタルの  
 話をしませんか？  
 各番町の書類作成のお手伝い、悩  
 みごとを解決します。

#### おじゃまる広場

日時：9月9日・23日  
 (火曜日)  
 10時～11時半  
 市民センターホール  
 小さいお子さんを育てている方へ  
 近い月齢の子ども同士で遊んだり  
 情報交換をしたりちょっと息抜き  
 に遊びにきませんか？

#### 健康フェスタ

日時：9月11日(木)  
 10時～12時  
 (受付は9時半～10時)  
 市民センター多目的ホール  
 歯科衛生士によるお話、身体測  
 定、スクエアステップ体験会等。  
 楽しみながら健康チェックをして  
 みませんか？  
 参加費無料・事前申し込み不要

#### おにぎりくらぶ

日時：9月17日(水)  
 16時～19時  
 市民センター調理室  
 小学生を対象にご飯を炊いて  
 おにぎりやお味噌汁をボラン  
 ティアさんと一緒に作ります  
 ※要予約

#### 南サロン カレー亭

日時：9月18日(木)  
 11時～13時 南 集会所  
 参加費100円  
 スプーン・お皿は持参

# 秋のウォーキングのご案内



春の「新緑ウォーキング夏見廃寺めぐり」に引き続き、「秋のウォーキング in赤目四十八滝」に参加しませんか？心や身体の癒しに効果があるマイナスイオンを感じながら、一緒に散策しましょう。ご家族やご友人の方々も誘ってご参加をお待ちしております。

**\* 先着 20名様**

**\* 雨天の場合中止**

**2025年 10月31日(金曜日)**

**集合場所: 赤目滝溪谷入り口前** (車でお越しの際は周辺無料駐車場をご利用ください。)

**集合時間: 9:30** 解散時間は15時00分頃を予定しております。

**参加費: 500円(入場料半額を自治協議会が負担します)**

**持ち物: 参加費、昼食、飲料水、その他各自必要な物**

**申し込み期間: 10月6日(月)~10月17日(金) (受付時間: 9:00~16:30 \*土日祝除く)**

**受付・お問い合わせ: つつじが丘・春日丘地区まちの保健室(68-7800)**

\*ご案内

赤目四十八滝を巡る片道約3kmのコースになります。溪谷内は傾斜や段差が多く滑りやすくなっています。

また、溪谷内で昼食を行いますので各自忘れずにご用意をお願いします。

ご自身の体調と相談し溪谷内の散策を行って下さい。途中の休憩場所にて待機して頂く事も可能です。無理のないようにお願いします。

## 川口酒店

南5番町142-20

☎ 68-0982

定休日 火曜日

9:00~19:00



## つつじが丘剣道教室

### 団員募集

土曜: 16時~18時  
日曜: 9時~12時

つつじが丘小学校体育館にて

体験や見学は  
いつでもお待ち  
しています!

代表者: 剣道範士八段

**石田健一**

元大阪府警察剣道主席師範  
第30回全日本選手権優勝

問い合わせ先

090-2262-2129(桑原)



## 読者投稿



投稿先: つつじが丘自治連合会  
受付 68-6762

### 編集後記~漬物の効用

漬物は、あまり好きではなかったのだが、今年は「おやつ」代わりにパクパクと食べている。塩分が濃いはずなのに、凄く甘くて美味しいから。この夏は、特に汗で塩分等が不足していたからかも知れない。塩分やカリウムはもちろんのこと、乳

酸菌やビタミンも入っていて美容や健康に良いのよと家内に教えられた。調べると熱中症予防にも効果があると記されている。

糠に突っ込むだけで、どうしてこんなに良いことづくめの食べ物が出来るのか?日本の和食文化は、平成25年に「伝統的な食文化」として、ユネスコ無形文化遺産に登録された。日本は素材の味わいを活かし、うま味を上手に使って動物性油脂の少ない食生活をしたり、また季節の花や葉などで

料理を飾りつけたり、季節に合った調度品や器を利用して季節感を楽しむ。「自然を尊ぶ」という日本人の気質に基づいた「食」の「習わし」を世界が認めてくれたものだと感じる。また、それは現代の食生活への警鐘にも繋がっているのではないかとも思う。

四季が明確な日本には多様で豊かな自然がある。日本人の繊細さ(きめ細やかさ)や「自然との共存」をこれからも大事にしていきたいと再確認をする夏だった。(広報部)

## 名張市 副市長が地域訪問と懇談会を実施（8/7）



左列手前より3人目  
出江良隆副市長

出江良隆副市長が市民センターを訪問されて、地域の色々な問題又市民センターの利用状況等を傾聴され又地域の問題などの懇談会を行いました。

出席者：名張市（副市長・まちづくり推進室・教育委員会）

：地域（地域4役・市民センター）

報告事項

- ① 地域で取り組んでいる主な事業・活動
- ② 地域の特色・問題点（春日丘地区との関連など）
- ③ 獣害被害の近況
- ④ 高齢化に向けた問題点

市民センターの活動報告・特に注目する活動など活発な討議が行われて有意義な懇談会でした。

## 内閣総理大臣より表彰状の授与



本年7月1日（国民安全の日）に地域の防災部門で功績のあった北9番町 原裕子氏がこの日に総理大臣官邸において、内閣総理大臣石破 茂総理から表彰状が授与され労いの言葉がありました。地域住民の誇りで有り、大変慶ばしいことです。（25年度国民安全の日はYOUTUBEでも配信しています。）



## 問題の自治会館浄化槽の更新工事が無事完了（単独処理槽から⇒合併処理槽へ）



7月初旬より着手いたしました自治会館浄化槽更新工事は7月末で無事完了しました。ご不便をお掛け致しましたが今後は快適にご利用できます。

⇐埋設した処理槽

処理槽上面のスラブ⇒

**（スラブ上面の駐車は厳禁）**



## おじゃまる広場

夏休み特別企画！アロマ香る「虫除けスプレー作り」のEVENT：実施7月22日



おじゃまる広場では夏休み特別企画として「アロマ虫除けスプレー」を親子でわいわい楽しく作る企画を行いました。沢山のお母さんとちびっ子が楽しくスプレー作りを行いました。ご協力いただいた講師の後藤沙也加さん有り難うございました。

## 2025年度 防災講演会(女性対象) を開催します

各番町より主に女性2名の参加をお願いします。災害時の対処法について学習します。

実施日時 2025年 9月28日(日) 13時30分～16時

実施場所 つつじが丘市民センター 多目的ホール

講師 国立三重大学大学院地域イノベーション学研究科准教授、  
 ①地域圏防災・減災研究センター・②みえ防災・減災センター所属  
 水木千春(みずきちはる) 准教授

講演内容 災害発生時 女性としての対処法について  
 二次避難所設営時の女性避難者を考慮した設営準備について  
 二次避難所における女性の活動役割について

講演時間 13時30分～15時45分

つつじが丘・春日丘自治協議会 生活安全部

 ①  
 ②

### 【子どもフェスタ2025】開催のお知らせ

**つつじが丘・春日丘の子どもたち！  
 楽しい企画がいっぱい、  
 子どもフェスタで思い切り楽しもう！**



- ★日時：2025年11月3日(祝)9～12時
- ★場所：つつじが丘市民センター 館内及び駐車場
- ★今年度は、これまでに人気のあった出展物やスランプラリー等に加えて、  
 新たな出展物を企画しました。
- ①猫カフェ・・・可愛い猫と触れ合おう！（飲食物の提供はありません）
- ②はたらく車・・・バス、パトカー、白バイ、消防車を展示  
 帽子と制服を着用して、運転席に座り写真撮影できるよ！  
 その他綿菓子作り等、楽しい企画もいっぱい！



★車でお越しの方へ  
当日ですが、車の駐車は中央グラウンドを利用ください。  
市民センターの一般駐車場は利用できません。

### 自治連合会車輛（軽トラ）利用料金の改定

<b>【利用料金】</b>	午前	9:00	～	12:00迄	1,500円	
	午後	13:30	～	16:30迄	1,500円	
	1日	9:00	～	16:00迄	2,000円	✓

※午前の予約が午後に延長した場合は、午前・午後利用として（3000円）請求する。  
 （1日利用の場合は、申込時に伝えること）  
 ※1日利用の予約で、午前中のみ利用の場合は午前中利用として1500円を請求する。  
 ※距離が70Kmを超えた場合は、追加料金 3,000円を申し受けます。

事務局窓口は、12:30 から 13:30まで昼休憩で窓口を閉めております