

|                          |         |
|--------------------------|---------|
| 令和 8 年 2 月分              |         |
| 回覧                       | 元気になろう会 |
| 町内全域一斉クリーン作戦の参加について（ご案内） |         |
| 琴平町民美男美女化計画！？            |         |
| シャントセナ                   |         |

部数が不足している場合は、琴平町企画防災課（75-6711）までご連絡ください。

毎月全国 200 カ所で活動中のボランティアの会

検印  
回覧  
琴平町

# 元気になろう会

丹田呼吸・下半身(第二の心臓)強化・気とツボの癒し

善通寺

2/28 (土)

13:30 ~ 15:00

ZEN キューブ

(善通寺市総合会館)

3階 講習室 1・2(和室)

琴平

2/10 (火)

3/10 (火)

13:30 ~ 15:00

琴平総合センター

※琴平町役場前

1階 集会室

◎参加費：カンパ制

※会場費等に使わせて  
いただきます。

◎参加自由

お気軽に  
どうぞ♪



病気にならず  
元気で長生き  
しませんか！

『 お問い合わせ 』



讃岐健康ボランティアの会 宇水

Tel 080-3164-8532

※宗教団体等とは一切関係ありません  
※物販はありません

町内全域一斉クリーン作戦の参加について（ご案内）

※参加票は当日ご持参ください。

※雨天の際など万一、中止の場合は当日朝8：30までに町ホームページに案内させていただきます。

1. 日 時 令和8年3月15日(日) 午前9時受付開始 ~ 10時30分

2. 受付場所 下記のうちいずれか希望する場所となります。

|       |                              |       |                       |
|-------|------------------------------|-------|-----------------------|
| ○琴平地区 | 公会堂（正面玄関）<br>神事場（南入口）<br>高燈籠 | ○五條地区 | 大井神社<br>川向橋南岸         |
| ○榎井地区 | 旗岡神社<br>琴平町役場                | ○象郷地区 | 石井神社<br>櫛梨神社<br>象郷小学校 |

3. 終了時間 清掃終了後、午前 10 時 30 分までに上記いずれかの場所を目的地として、お戻りください。  
(他の場所には職員がいませんので、厳守してください。)

#### 4. 服 装 清掃作業のできる服装

5. 実施内容 町内一帯の清掃（清掃場所は各自治会や各自で決定してください。）  
雨天中止（小雨で不明の場合は住民福祉課環境衛生係へお問い合わせ下さい。）  
住民福祉課 電話 75-6707

6. その他 火バサミ・軍手・ごみ袋などは用意していますが、ご自身でお持ちの方はご持参下さい。

(ご記入の上当日ご持参ください。)

令和7年度 秋季クリーン作戦 参加票

| 令和7年度 秋季クリーン作戦 参加票 |                                      |                                      |  |
|--------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|--|
| 自治会名・団体名等          |                                      |                                      |  |
| 参加者氏名              | 最終目的地に☑を付けて下さい。                      |                                      |  |
|                    | <input type="checkbox"/> 琴平地区 (公会堂)  | <input type="checkbox"/> 五條地区 (大井神社) |  |
|                    | <input type="checkbox"/> " (神事場)     | <input type="checkbox"/> " (川向橋南岸)   |  |
|                    | <input type="checkbox"/> " (高燈籠)     |                                      |  |
|                    | <input type="checkbox"/> 榎井地区 (旗岡神社) | <input type="checkbox"/> 象郷地区 (石井神社) |  |
|                    | <input type="checkbox"/> " (琴平町役場)   | <input type="checkbox"/> " (櫛梨神社)    |  |
|                    |                                      | <input type="checkbox"/> " (象郷小学校)   |  |



# 琴平町民 美男美女化 計画?!

令和8年度 参加者募集!! します

(介護予防教室)

顔じゃないよ! 心と体の 健幸美男美女 を目指しましょう♪

強度:

♡→☆→☆☆→☆☆☆少しずつアップ

| 名前            | 講師                  | 内容                                        | 強度  | 対象                                     | 曜日：時間                                       | 場所                | 定員  | 参加費                 | 持ち物 |
|---------------|---------------------|-------------------------------------------|-----|----------------------------------------|---------------------------------------------|-------------------|-----|---------------------|-----|
| ボッチャ<br>同好会   | 包括職員                | ボッチャ：動作とルールは簡単。だけど、奥が深い!!<br>まずは一歩、外に出よう👣 | ♡   | ・家に閉じこもりがち<br>・体操以外がしたい                | 第2木曜日<br>13:30<br>~15:00                    | 総合センター<br>第1・2講座室 | 24人 |                     |     |
| 姿勢の<br>美男美女   | 中山<br>理学療法士         | まずは<br>姿勢改善&バランス力<br>をつけよう                | ☆   | ・腰痛、膝痛があって<br>姿勢が崩れがち<br>・歩きにくい        | 第1木曜日<br>(曜日変更<br>しています)<br>10:00<br>~11:00 | 総合センター<br>大ホール    | 25人 |                     |     |
| バランスの<br>美男美女 | 三宅<br>作業療法士         | めざそう!!<br>筋力アップと<br>バランス力向上               | ☆☆  | 歩くのがしんどくなっ<br>てきて、階段を登るの<br>に手すりがあるかな? | 第4金曜日<br>10:00<br>~11:00                    | 総合センター<br>大ホール    | 25人 |                     |     |
| 動きの<br>美男美女   | ボディケア<br>プランニン<br>グ | リズムに合わせて楽しく<br>体と脳のフィットネス!<br>若返り間違いなし!   | ☆☆☆ | ・アクティブシニア<br>・楽しく全身を動かし<br>たい方         | 第3火曜日<br>10:00<br>~11:30                    | 総合センター<br>大ホール    | 25人 |                     |     |
| 頭の<br>美男美女    | 包括職員                | 笑いながら、頭の体操!<br>認知症について知ろう                 | ♡   | ・物忘れが気になる<br>・げんきな脳でいたい                | 8月~3月<br>第4月曜日<br>10:00<br>~11:30           | 総合センター<br>大ホール    | 20人 | 材料費等<br>実費<br>(必要時) |     |

・運動し  
やすい服  
装、靴  
  
・水分  
・タオル

対象： 65歳以上の町民 介護認定を受けていない方（ボッチャ同好会は介護認定を受けていても、応相談）

※参加中のけがに対しては、保険の範囲内での補償となります。

※複数の教室に参加可能ですが、応募者多数の場合は、ひとつに限らせていただきます。

※曜日・時間は会場の都合により変更することがあります。ご了承ください。



申し込み  
問合せ 琴平町地域包括支援センター  
0877-75-6880

お申し込み時に面接の日を決めます。  
事前にかかりつけ医に、運動してよいかの確認をお願いします。





## 住民発信の防災訓練 (五條互助ネット)

五條地区で、互助ネットが主催する防災訓練を実施しました。地域の方々が約50名を超える皆様の参加があり、非常に賑やかな訓練となりました。

五條互助ネットは、災害が起きた時に『一人も被害者を出さない』というテーマで定期的に協議しています。その中で、災害時避難所生活や自宅避難の時に電気が使えなくなった時のご飯の炊き方や、缶切りがなくても缶詰が開けられる方法、缶詰を使ってローソクを作る方法等身近なもので役立つ訓練をしました。また、仲多度南部消防組合の協力によるAED訓練もあり、大変充実した訓練となりました。



### ステーション行事予定表 (2/8~3/7)

| 日                            | 月               | 火                                | 水  | 木                                     | 金                    | 土                           |
|------------------------------|-----------------|----------------------------------|----|---------------------------------------|----------------------|-----------------------------|
| 2/8                          | 9               | 10                               | 11 | 12                                    | 13                   | 14                          |
|                              |                 | ・生きがいデイ<br>(手芸)                  |    | 成年後見利用促進協議会<br>生きがいデイ<br>(体操)         |                      | 第40回琴平町社会福祉大会<br>9:30~12:00 |
| 15                           | 16              | 17                               | 18 | 19                                    | 20                   | 21                          |
|                              | 地域福祉推進<br>実行委員会 | 共同募金<br>運営委員会<br>・生きがいデイ<br>(手芸) |    | 生きがいデイ<br>(高瀬天然温泉)<br>五條つどいの場<br>(体操) | 弁護士相談<br>13:00~15:30 |                             |
| 22                           | 23              | 24                               | 25 | 26                                    | 27                   | 28                          |
| こんぴら朝市<br>9:00~12:00<br>(予定) |                 | ・生きがいデイ<br>(手芸)                  |    | 生きがいデイ<br>(体操)                        |                      |                             |
| 3/1                          | 2               | 3                                | 4  | 5                                     | 6                    | 7                           |
|                              |                 | ・生きがいデイ<br>(手芸)                  |    | 生きがいデイ<br>五條つどいの場<br>(体操)             |                      |                             |

### ちよっとこ場行事予定表 (2/8~3/7)

| 日   | 月  | 火                  | 水                                | 木  | 金     | 土  |
|-----|----|--------------------|----------------------------------|----|-------|----|
| 2/8 | 9  | 10                 | 11                               | 12 | 13    | 14 |
|     |    | mobi説明会<br>10時~12時 | 豊作会(写経)<br>10時~<br>手遊び会<br>15時半~ |    | 布で遊ぶ会 |    |
| 15  | 16 | 17                 | 18                               | 19 | 20    | 21 |
|     |    | スマホ教室<br>15時~      | ひだまりクラブ                          |    |       |    |
| 22  | 23 | 24                 | 25                               | 26 | 27    | 28 |
|     |    |                    | 豊作会(写経)<br>10時~                  |    |       |    |
| 3/1 | 2  | 3                  | 4                                | 5  | 6     | 7  |
|     |    | スマホ教室<br>15時~      | 豊作会(写経)<br>10時~                  |    |       |    |

☆3月の弁護士相談(要予約)は、3月27日金曜日(予定)です。

☆成年後見相談会は毎月第2木曜日13時から15時です。(要予約)



## 各部署より

### <地域生活支援班>

「助かった・・・」

フードパントリー開催しました。

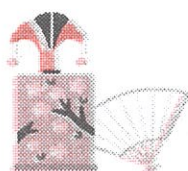
12月に「赤い羽根・物価高騰下のいのちをつなぐ支え合いキャンペーン」助成金を活用してフードパントリーおよび生活相談会を開催しました。

当日は生活にお困りの方を対象に食料品や日用品の配布を行い、30世帯の方にご利用をいただきました。また、同時開催した生活相談会では、家計や就労などに関する相談が寄せられ、相談員が一人ひとり丁寧に対応しました。年末の忙しい時期ではありましたが、「助かった」「安心した」といった声も寄せられ、地域のつながりを感じる一日となりました。今後も、必要な支援を継続してまいります。

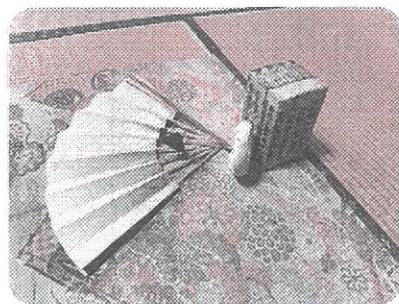
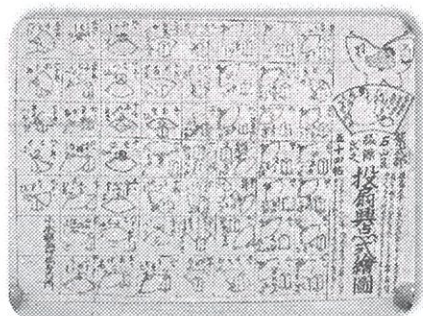


### <在宅福祉班>

“投扇興”という遊び知っていますか？



投扇興は、「蝶」と呼ばれる的に向けて扇を投げ、的と扇の落ちた形によって得点を競う日本の伝統的な対戦型ゲームです。江戸時代中期に京都で始まり、町人文化の中で流行しました。ご利用者様のKさんは、当時の得点表を基に、蝶（的）、枕（台座）、を手作りしています。思い通りに飛ばない扇の扱いに苦戦しながら江戸時代の雅な遊びを、世代を超えて楽しんでみてはどうでしょう！

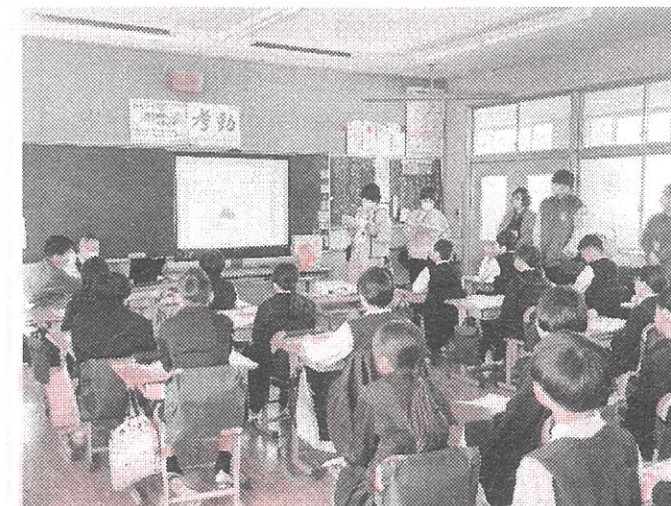


### <地域包括支援センター>

「認知症キッズサポーター養成講座」  
実施しました。



年が明けて、早いもので一ヶ月が経ちました。昨年は、子どもたちに認知症の正しい知識を持っていただくため小学生高学年を対象に「認知症キッズサポーター養成講座」を実施しました。認知症のおじいちゃんの劇や認知症の説明を行いました。子どもたちから「認知症の方にやさしく声をかけていきたい」「怒らないで接してあげたい」等感想をいただきました。今後も地域で安心して高齢者が暮らせる街を目指して啓発活動を企画していきますのでよろしくお願いします。



### <総務企画班>

食料品の寄付について(お願い)



琴平町社会福祉協議会では、現在、町内の飲食店や食料品を取り扱う商店や企業の皆さんに、食品ロスについてのアンケート調査を行っています。また、こども園や保育園、小中学校の保護者を対象に「食」についてのアンケート調査を行っています。この調査を元に、廃棄されている食品がまだ食べられるのであれば、それをフードバンクに寄付していただき、必要な方やご家庭に届けられる仕組みができないかを考えるための調査です。一方近年のデータによると食品ロスは企業よりも家庭から発生量のほうが多いとされています。これを機に、下記のアンケートにお答えいただき、ぜひ少しでも多くの食料品を琴平社協にご寄付いただけたら幸いです。

P2の地域生活支援班が行ったフードパントリーは必要な方に受け渡すことができる方法です。皆様のご協力のほどよろしくお願いします。

### <アンケート>

<https://forms.gle/ybSuMGAWKXdZpQ7y8>



↑二次元バーコードからご回答ください。



# お知らせ



## おせち料理配達しました

毎年 12 月 30 日に主に配食サービス利用者の中で、家族や親族が帰って来られない方を対象に社協手作りのおせち料理を配達しています。毎年、大勢の琴平中学生の参加があり、メッセージカードをつくって、地図を見ながら中学生が届けます。

中学生からおせち料理をいただくと利用者の顔が笑顔になります。毎年中学生が来ることを楽しみにしている方もいます。その方にとっては毎年 1 回だけですが、生きがいとしています。一年頑張ろうと思えるきっかけになっているのかもしれません。

琴平中学生たちがつないできた思いを、今後も末永く受け継いで行ければと思っています。



## 第 24 回ふれあいデー 開催決定！

毎年夏に開催していた『ふれあいデー』を桜が咲く時期に合わせて、下記の日時で開催します。年度末で大変お忙しい時期にはなりますが、春のぽかぽか陽気にのんびりと過ごせる時間のふれあいデーになりますので、ぜひお越しください。あわただしい日常を忘れてゆったりと過ごしていただきたいと思います。

開催日時：令和 8 年 3 月 27 日（金）

14:00～16:00

開催場所：琴平町地域福祉ステーション

内 容：バザー（予定）

- ・焼きそば
- ・フランクフルト
- ・焼鳥
- ・たこやき
- ・飲み物
- ・輪投げ



## 楽集館利用予定表 (2/8～3/7)

| 日   | 月   | 火                  | 水                  | 木  | 金  | 土  |
|-----|-----|--------------------|--------------------|----|----|----|
| 2/8 | 9   | 10                 | 11                 | 12 | 13 | 14 |
|     | 予約済 |                    | 予約済                |    |    |    |
| 15  | 16  | 17                 | 18                 | 19 | 20 | 21 |
|     | 予約済 | おれんじカフェ<br>13時～16時 | 菜の会<br>9時～12時      |    |    |    |
| 22  | 23  | 24                 | 25                 | 26 | 27 | 28 |
|     | 予約済 |                    | おれんじカフェ<br>13時～16時 |    |    |    |
| 3/1 | 2   | 3                  | 4                  | 5  | 6  | 7  |
|     | 予約済 |                    |                    |    |    |    |

※楽集館をご利用の際は社協まで。

## こんぴら朝市

SNS 二次元バーコード



## 琴平町共同募金委員会

SNS 二次元バーコード



## ガリック娘

Instagram

フォローお願いします！

