

かわら版 やまぐち

令和8年6月1日
第250号
(毎月1日発行)

中津川市
山口総合事務所
(0573)75-2126



6月ゴミ収集日

- 不燃ごみ
3日(水)
 - 資源・硬質ごみ
29日(月)
 - 有害ごみ
なし
(次回は7/22)
 - 大型ごみ
(事前申込み必要)
23日(火)
- ◎環境センターへ
直接搬入できる日曜日
14日・28日

毎月第3日曜日は
家庭の日

6月21日

いつもとおる
このみちの
あぶないところは
どこだろう
親子で身の回りの危険箇所を
確かめましょう
中津川市青少年健全
育成推進市民会議

山口地区
人口と世帯数
《4月末現在》
人口 895人
(前月比 △3)
男 436人
女 459人
世帯数 372世帯

山口小学校交通安全教室

4月28日、山口小学校で交通安全教室が行われ、低学年は道路の安全な歩き方を、高学年は自転車の交通ルールを学びました。

山口公民館前の道路では1〜3年生が道路を横断する練習を行い、一人ずつ順番に「右よし、左よし」としっかりと左右を確認してから横断していました。

地域の皆さんも交通安全には十分ご注意ください。子どもたちの通学時などには温かい見守りをお願いします。



▲ しっかり手を挙げて横断します



▲ 指差し確認で安全を確かめます

民生委員・児童委員

啓発活動

民生委員・児童委員は、地域を見守り、地域住民の身近な相談相手として活動されています。

この活動の啓発として、5月16日にショッピングセンターサラの駐車場で、やさか地区の民生委員・児童委員協議会合同で啓発活動を実施しました。



▲ やさか地区の民生委員・児童委員のみなさん



啓発物品を配布しPRを行いました▶

山口小学校1・2年生 公民館探検



▲ 1・2年生9名が元気いっぱいに公民館を探索しました

◀ 公民館に展示している昔の道具をスケッチ

5月19日、山口小学校1・2年生が生活科の授業で公民館の見学に訪れました。

子どもたちは公民館で発見したものをメモしたりイラストを描いたり、楽しく学習しました。



令和8・9年度 交通安全協会 山口支部役員

4月16日に令和8年度中津川地区交通安全協会山口支部総会が開催され、新役員が決まりました。

役員となられた6名の皆様、2年間よろしくお願いたします。



役職	氏名(町内会)
支部長	牧野 辰資(第10)
副支部長	馬籠 剛(第3)
副支部長	土屋 智昌(第11)
副支部長	五ノ井幸泰(第6)
副支部長	後藤 勝也(第7)
副支部長	後藤 厚夫(第9)

(敬称略)

始めよう！運動習慣！！

何もしていないと人間の筋肉は加齢とともに衰えます。健康的な体づくりのため、身体を動かしませんか。

◆運動習慣を身につけましょう

筋力や体力が低下すると心筋梗塞や脳梗塞、高血圧症、糖尿病などの生活習慣病にかかる可能性が高まるため、運動習慣を身につけることはとても重要です。運動により体力や持久力が向上し、筋肉量が増えると代謝もよくなり、糖尿病予防にも効果的でさまざまな病気の発症リスクを抑える効果が期待できます。

◆公民館講座に参加して身体を動かそう！

山口公民館では運動習慣を身につけていただくきっかけになるように講座を行います。ぜひご参加いただき、健康な体を目指しましょう！



ストレッチ教室とウォーキング



月に一度のストレッチ教室と週に一度のウォーキングで、健康で過ごせる身体づくりをしましょう。
日時：6月～11月 毎週火曜日 19:30～20:30
ストレッチ教室（第1火曜日）6回
ウォーキング（第1以外の火曜日）15回程度
受講料：2,100円
その他：ウォーキングは山口小学校グラウンド等で各自のペースで行います（講師はいません）

健康太極拳教室

ゆったりとした動きと深い呼吸を組み合わせた運動を学びます。老若男女問わず、体と心のリフレッシュしてみませんか。
日時：6月～11月 第1・第3月曜日
19:30～21:00（全10回）
受講料：3,500円



【お申込み・お問合せは山口公民館（☎75-2126）まで】



植集落支援員による地域情報発信コーナー

山口の魅力、情報、元気な姿を皆さんにお届けします！



道の駅「賤母」内 農産物直売所 しずも採りたて市場

旬の野菜やクルミなどがたくさんあります

土曜日には平日よりたくさんの品物が出荷されます。スーパーにはない地元の自然の食材に出合えます！夕ご飯の一品に☆ぜひ足を運んでみてください。



ごへー餅のたれに美味しい山クルミ



春は、タラの芽 ごごみ フキ わらび など、山菜がたくさん出荷されました

山口子ども園

七輪でよもぎ ホットケーキ作り

お散歩で見つけた春*

お散歩ではいつもたくさんの四季の恵みを発見します♪今回はよもぎを摘んで七輪でホットケーキを作りました。

七輪の火起こしは、昨年ほし組(年長)さんたちに教えてもらったことを思い出しながら…



よもぎの良い香りがする～* みんな並んでおいしそうに食べていました

老人クラブの皆さんと お茶摘み

美味しいお茶をいただけるよう頑張りました。暑いくらい天気の良い日。老人クラブの方とペアになり、約2時間しっかり摘みました。



8kg越えになりました！



お茶摘みをされた地域の皆さん、暑い中お疲れ様でした。美味しいお茶になりますように…

