

そよ風通信

2025年
8月号
No.340



「 石原のひまわり畑 」

(君田フォトクラブ： 才田 孝 さん 撮影)

＜人口の動き＞ 君田町人口：1234人（男性：595人・女性：639人） 世帯数：571世帯【7月31日現在】

編集・発行/君田自治区連合会 〒728-0401 三次市君田町東入君 644-8
Tel(0824)53-2759 Fax(0824)53-2779 E-mail:kimita-b@m-city.jp

野菜摂取レベルをチェックしてみませんか？

ベジチェック測定会を開催します

「1日の野菜摂取量の目標は350g」ですが、普段は野菜をどれくらい摂れていますか？
ベジチェックは手のひらをセンサーに約30秒当てるだけで、推定野菜摂取量が分かります。
この機会にぜひお気軽にご参加ください。

申込
不要

【日時】

1回目 9月11日(木) 12時30分～13時30分

※「君田町いきいき講演会」開催前に実施します。講演会と併せてぜひご参加ください。

2回目 9月17日(水) 13時～14時



【場所】君田生涯学習センター 会議室 B

【参加費】無料

この測定会は三次市と明治安田生命の包括連携協定により実施します。

明治安田



お持ちの空き家を 空き家バンクに登録しませんか

三次市には、移住・定住促進や地域の活性化を図るための「空き家バンク制度」があります。売買だけでなく賃貸での登録も可能です。空き家を有効に活用しませんか。 問合せ先：三次市君田支所 電話：53-2111



こんにちは！君田診療所です！



<診療時間>

【月・火・金】

9:00～12:00

13:30～16:30

【木】

9:00～12:00

午後は往診に回ります。

今年も昨年以上の猛暑で熱中症が多発しています。
熱中症と脱水症はどちらも水分不足が原因で起こる体調不良です。

- 脱水症・・・体内の水分が不足した状態（口の渇き、だるさめまいなど）
- 熱中症・・・高温多湿な環境で体温調節機能が働かなくなり体温が上昇する。（めまい・だるさ・吐き気など）

おかしいなと思ったら早めに医療機関を受診してください。
脱水症かな？熱中症かな？と感じたらスポーツドリンクや経口補水液などを飲んでエアコンを使用し涼しくして、体を休めてください。

君田診療所 53-2020

■■ 休診のお知らせ：8月14日(木)・15日(金)は臨時休診いたします ■■

＜石原会場＞



グッドタイミングで咲きほこったひまわりが 眩しかったです



沢山の方が暑い中 足を運んで下さいました

君田町 あったか村 川とひまわり 祭り



7月27日、恒例「2025 あったか村川とひまわり祭り」が、町内3会場（石原・櫃田・君田温泉）で開催されました。
猛暑の中、多くの方が君田の夏とひまわりを満喫されました。

＜君田温泉会場＞



子どもたちは 鮎のつかみどりに おおはしゃぎ！



ラムネと鮎の塩焼き等々 大人気でした

＜櫃田会場＞



地元で 採れた新鮮な夏野菜が 並んでいました



櫃田沖の原ふれあい公園のひまわりも咲きそろい皆さんをお出迎え



おはよう市で今年も野菜詰め放題を開催



自分で焼いたベーグルはまた格別。中はもっちり、外はカリッと歯ごたえ良く、一口ほおばれば思わずにっこり笑顔に。
成形時の注意点や茹で時間など、ちょっとしたコツを守ること、こんなに手軽にできるなんて、皆さん、家で作ってみようと思われたはず。
今回参加できなかった方々も多く、第2弾の教室が8月9日に開催されました。

美味しくベーグルが焼けました！
6月28日、君田自治区連合会は、地元からの要望で、ベーグル教室を開催しました。
参加された皆さんは、ベーグルは美味しく頂くけれど、作ったことのない、少し不安をかかえた初心者ばかり。でも、熊高先生の分かり易く優しいご指導の下、誰一人失敗することなく、色艶の良いベーグルを焼き上げることができました。今回は、ゆずピールとチョコを練りこんだもの、ベーコンとクリームチーズを入れたものにブラックペッパーがしっかりとかったものと2種類。



職場体験ではお世話になりました

【君田中学校】

6月17日（火）～19日（木）、君田中学校2年生の職場体験を行いました。今年度も君田町内7事業所での体験活動をとおして「働くことの意義」を知り、生徒自身が将来の姿をより明確にイメージし、それに向けて頑張ろうとする意欲を高めることができました。

「疲れたけど楽しかった！」「昨日とは違う仕事を任せてもらえた」と生き生きと話すのを聞き、頼もしさを感じました。事業所の皆様には、多大なご配慮をいただきまして誠にありがとうございました。



振り返ってみると、君田中学校の職場体験は25年以上前、2日間からのスタートでした。それからさまざまな事業所で体験活動の受け入れをしていただき、数多くの卒業生がなにもものにも代えがたい貴重な気づきを得て今まさに各方面で社会に貢献されていることと思います。支えてくださった皆様に厚くお礼を申し上げます。

これからも、地域の皆様のお力添えをいただきながら「君田の子どもたち」は成長していきます。温かなまなざしと励ましの言葉をかけていただければ幸いです。

お世話になった 事業所の皆様

君田交通様
三次市立君田図書館様
君田いちごハウス様
君田温泉 森の泉様
君田保育所様
種ん家様
ふたみ様



食推さんのコーナー

玉ねぎのごちそうスープ

【材料】（4人分）

- ・人参・・・1/3本
- ・玉ねぎ・・・中3個
- ・バター・・・大4
- ・豚ひき肉・・・100g
- ・木綿豆腐・・・1/2丁
- ・水・・・600ml
- ・固形コンソメ・・・2個
- ・塩・こしょう・・・各適量
- ・刻みパセリ・・・適量

【作り方】

- ① 人参はみじん切りにしておく。
- ② 玉ねぎ2個を器になるように横半分に切り、外側の皮2枚を残してくり抜く。器用の外皮2枚は電子レンジで2～3分加熱しておく。
- ③ くり抜いたものと残りの玉ねぎ1個を薄切りにして、電子レンジで10分加熱する。
- ④ フライパンにバターを熱し、③をあめ色になるまで炒め、あら熱をとっておく。
- ⑤ ボウルに豚ひき肉、水切した木綿豆腐、①と④を100gだけ入れてよくこね、③の玉ねぎの器に、4等分して入れる。
- ⑥ 鍋に水と固形コンソメ、④の残りの玉ねぎを入れて火にかけ、10分ぐらい煮る。⑤を入れてさらに8～10分煮込む。
- ⑦ 塩・こしょうで味を調え、スープ皿に盛り込み、刻みパセリを飾る。



君田図書館だより

2025年8月号

開館時間：9時30分～18時 12～13時閉館

休館日：毎週月曜日/年末・年始

三次市君田町東入君644-8

ホームページ：https://tosho.city.miyoshi.hiroshima.jp Tel/Fax：(0824)53-7050



★8月は毎日開館しています。

★9月9日・10日は、
特別整理期間のため、
休館となります。



本への思いを一枚のカードにのせて

本の第17回メッセージカードコンクール



心に残った1冊を、カードに込めて紹介してみませんか？ はがきサイズの用紙に、オリジナルの紹介文、イラストなどを組み合わせてデザインしてください。画材・技法・紙質などは自由です。
詳しくは、図書館カウンターまで。

新しく入った本

	書名	著者名	分類
一般書	小童の里	小童小学校閉校記念事業実行委員会	M 375ヒ
	糖質疲労	山田 悟	493.12ヤ
	羊皮紙をめぐる冒険	八木 健治	584.7ヤ
	Messenger	芳賀 祐子	748/ハ
	蒼天のほし	いとう みく	913.6イ
	江戸の探偵 3巻	鈴木 英治	B913.6ス
	夫婦道中	井原 忠政	B913.6イ
	身辺整理、わたしのやり方	曽野 綾子	914.6ソ
児童書	絵本 パルパルさんとおさるさん	乾 米里子/文, 西村 敏雄/絵	E二
	やくそく	那須 正幹/さく, 武田 美穂/え	Eタ
	知識 九鬼嘉隆	加来 耕三/企画	289コ
	知ると楽しい!すしのすべて	「すしのすべて」編集部	383シ
	読み物 まだまだここから	宇佐美 牧子	913.6ウ
	ぼくへのレファレンス	岩崎 まさえ	913.6イ
	妖鳥魔獣物語	廣嶋 玲子	913.6ヒ



集めてみない？

三次をぐるり
図書館印さんぽ

7月19日(土)～
8月31日(日)



図書館カレンダー

9月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

○ お話し会

休館日



ばんびのお話し広場



日時：8月23日(土)

19：00～ (ばんびのおばけのお話し広場)

19：45～ (ばんびの怪談物語)

場所：君田生涯学習センター

(詳細は、ばんびのお話し広場の
Instagramに掲載)





君田小学校

「コメコメ大作戦」活動！！

5年生、6年生は総合学習として「コメコメ大作戦～わたしたちの良品計画～」に取り組んでいます。

人間の暮らしは生き物(自然)から、食物・空気・水・薬・家・服そしてエネルギーなど、多くの恵を得、支えられています。生き物(自然)が危機的な状態になると、人間は生きていけなくなるのです。子ども達は、7月4日、農研機構の専門の方々より、これら人間と自然環境の大切な関係、特に、私たちが日常何気に見ている田んぼのもつ、人間への影響力の凄さや役割について、分かり易く教わりました。

田んぼこそ、お米を作るだけの場所ではなく、生き物

を育む宝庫です。特に化学肥料や農薬を使用しない有機栽培の水田は、多くの生き物が生息し生物多様性がとても豊か。そこでこの日、子ども達は、一般的な化学肥料や農薬を使う慣行農法の水田と、どれほど違いがあるか、合同会社安田農産が栽培している畦道を挟んで一方は有機農法、もう片方は慣行農法の水田で調査を行いました。

稲の上で、大きな網を左右に動かし捕まえた空中の生き物と、稲の脇辺りで網を上下に揺らし捕獲した水中の生き物の種類や数の比較調査です。やはり、有機農法の水田の方が生き物の数が多く、ゲンゴロウや、絶滅危惧種のシャジクモ(藻の一種)など採集され、ここには、命の賑わいを感じるほどすごい力があることが分かりました。

全国の8割に及ぶ田んぼのような、農業など人力によって作られる自然(二次的自然)を、管理するための人の働きかけがいかに大事か、子ども達も気付いたようです。



君田自治区連合会8月展示

令和6年度 あったかむらきみた 写真コンテスト 入賞作品展



期間：8月16日(土)
～8月26日(火)

場所：君田生涯学習センター
玄関ホール

子どもたちが応急手当を学びました

7月22日、君田放課後子ども教室の子どもたち13名は、備北地区消防組合三次消防署口和出張所救急隊より、救命に必要な応急手当とし、胸骨圧迫の仕方とAEDの使い方を学びました。

突然心臓の動きが停止した祭、時間の経過で低下する救命のチャンスは、早い応急手当により、命が助かる確率が上がります。



子どもたちは、いざという場面での対応の仕方を、何度も繰り返し練習しました。その真剣な姿に頼もしさを感じました。