

第66号

2026年９月30日

発　行

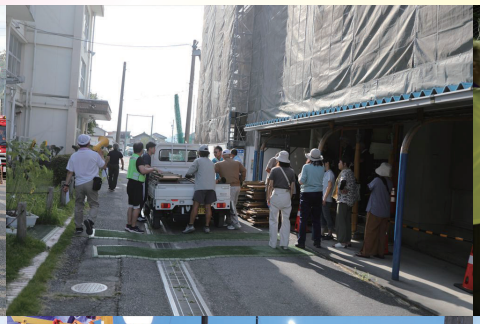
鷺山自治会連合会

鷺山まちづくり
協議会

踊りに露店に盆踊り　鷺山夏祭り大会の開催！

多くの皆さんに参加頂きありがとうございました。





























地域コミュニティ情報サイト「さぎ山の広場」では、掲載情報を募集しています！
地域の出来事、募集情報等があれば sagiyama.machikyou@gmail.com にご連絡ください。

令和８年度 岐阜市北消防団特別点検

令和８年５月31日（日）に、岐阜市西中島２丁目　鏡島大橋北駐車場にて、岐阜市北消防団　特別点検が開催されました。はじめに、特別点検に参加する消防団員による分列行進が行われました。鷺山分団の団員も矢島　克司分団長指揮の下、規律正しく行進をされました。分列行進実施後、整列された消防団員を、柴橋正直　岐阜市長による観閲が行われ、消防団員の規律を確認されました。



その後、各分団のポンプ車、小型ポンプが一斉に消火活動に取り組む消防演習が実施され、鷺山分団からは、

指揮者　河村　秀之さん
１番員　安藤　崇真さん
２番員　前田　芳希さん
３番員　加藤　雄大さん
機関員　山田　雅敏さん
吸管補助員　澤田　祐哉さん

が要員として参加されました。要員の皆さんが、手際よく協力し放水の準備を進めました。各分団の放水準備が整ったところで、一斉放水の合図が出され、鷺山分団も見事に放水を行いました。



放水活動完了後は、分団員全員が協力して、使用したホースの片付け、吸管の排水作業など手際よく片付けを行ないました。

今回の特別点検にあたり鷺山自治会連合会、鷺山水防団、鷺山女性防火クラブ、岐阜市北消防団鷺山分団のＯＢの皆さんが来場し、団員の皆さんを激励しました。特別点検に向けて、４月から毎週訓練に取り組まれていた岐阜市北消防団鷺山分団の皆さん、本当にお疲れ様でした。これからも鷺山の安心・安全な暮らしを守るために頑張ってください。



『長良川９．12豪雨災害から50年を迎えて』
令和８年度 第57回岐阜市水防連合演習

令和８年５月24日（日）岐阜市長良雄総地先　長良川右岸　鵜飼い大橋下流河川敷にて、令和８年度　第57回岐阜市水防連合演習が開催されました。今年度の岐阜市水防連合演習は、９．12豪雨災害から50年を迎えるにあたり、Ｒｅｍｅｍｂｅｒ９．12豪雨災害宣言が、元水防団長が構成する岐阜市しおり会　戸本　敏夫会長、岐阜市水防協会　宮部　清隆　協会長や三輪中学校の生徒の皆さんから読み上げられました。



今年度の演習では、豪雨災害と地震（震度６弱）の同時発生を想定して演習が行われました。演習では、水防技術の向上・伝承と水防活動支援として『実践型水防工法の実施』『近接する水防団の相互連携』『ＤＸの活用』に取り組まれました。

はじめに、連合演習に参加する全員での土のう拵え工です。鷺山水防団の皆さんも手際よく土のうの作成に取り組みました。また、三輪中学校、東長良中学校の生徒の皆さんも水防団員の指導を受けながら土のう作りに挑戦しました。



また、大規模災害発生時に活躍する各組織が所有する機材も演習に参加し、連携を取りながら救助活動に取り組まれていました。ＤＸの活用では、ドローンによる被災地状況把握やモバイルカメラによる被災状況確認も行われました。

大規模災害団員による要救助者の避難訓練、避難所への誘導、倒壊家屋からの人命救助訓練も実施されました。岐阜市北消防団鷺山分団も堤防の被災状況を確認する河川巡視部隊として

大規模災害が発生した際の避難先や家族の連絡方法を確認しておきましょう！



参加されました。
鷺山水防団は、堤防の裏側の平場で漏水が始まった際に活用される釜段工に取り組みました。大量の土のうと土を活用して漏水箇所の拡大、土砂の流出を防ぐ工法になります。土のうを運ぶ団員、土砂を運搬する団員、土のうを突き固める団員が役割を分担しながら工法を完成させました。



９．12豪雨災害から50年を迎える中で、当時の被災状況を伝えていき、地域全体の防災意識の向上を図る必要性が感じられる連合演習となりました。各家庭でも身の回りの防災対策、非常用持ち出し袋の中身の確認、避難場所や避難ルートの確認、家族間の連絡方法の確認など、家庭で取り組める防災対策の準備をお願いします。また、９．12豪雨災害の際に撮影された被災状況を紹介しますので、ご覧ください。





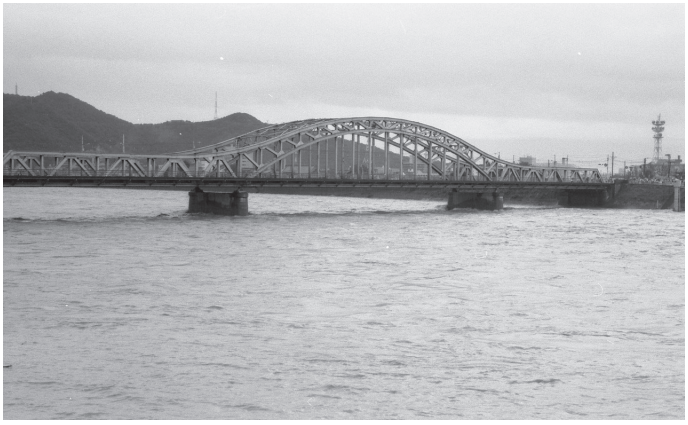












上記9.12豪雨災害の写真　引用元：災害アーカイブぎふ

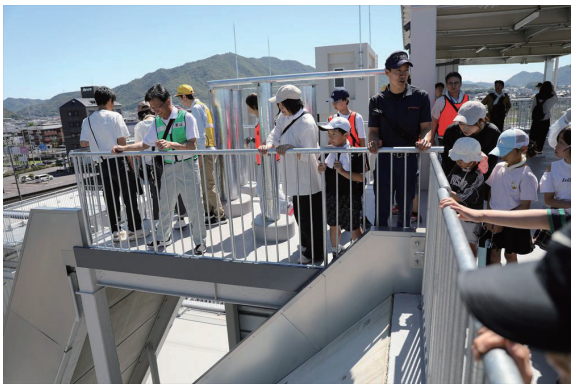
避難の際に持ち出す「非常用持ち出し袋」を準備しましょう。定期的な中身の確認も忘れずに！

歩け歩け大会 新しくなった 岐阜北消防署を訪問！

令和８年５月30日（土）に鷺山体育振興会主催　歩け歩け大会が開催されました。この日は、晴天に恵まれ日差しが強い分、熱中症に注意して歩け歩け大会が始まりました。



今回の目的地は新しく建てられた岐阜北消防署です。岐阜北地区交通安全協会鷺山支部の協力を頂き、道中を安全に配慮し、日差しと爽やかな風が吹く中みんな一緒に歩きました。岐阜北消防署に到着してから、３つのグループに分かれ、様々な施設や機器を見学しました。参加した児童には、子ども用の消防服の着衣体験もでき、記念撮影をしました。消防職員の皆さんが日常の訓練に使用する訓練棟にも登り、山の急斜面での救助訓練やロープを使った訓練の様子を伺いました。





訓練棟は非常に高い建物なので、そこからの眺めは非常に素晴らしい光景でした。煙体験ハウスにも入って、如何に煙が発生している場所が危ない場所なのか体験しました。また、消防車両や救急車がどのような現場で活躍しているのか、車両の特徴についても説明を頂きました。



岐阜北消防の見学が終わった後には、消防職員の皆さんに御礼を伝え、消防署の前で参加者全員の記念撮影を行いました。帰りの道中も安全に気をつけて、鷺山小学校を目指して歩いていきました。鷺山小学校に到着してからは、鷺山体育振興会から、参加してくれた児童の皆さんに、お菓子と飲み物のプレゼントがありました。

今回、歩け歩け大会にあたり、新しく整備された岐阜北消防署を見学することができました。岐阜北消防署の皆さんには、御協力を頂き、誠にありがとうございました。

話して聴いて心つながる わたしの家族 ミニ集会



令和８年７月４日（土）に鷺山公民館にて、鷺山青少年育成市民会議主催「話して聴いて心つながるわたしの家族」と題して、ミニ集会が開催されました。

はじめに、主催者を代表して、鷺山青少年育成市民会議　小森　健司　会長から挨拶があり、「家庭教育啓発市民運動スローガン」が令和８年度から見直されて、「話して聴いて心つながるわたしの家族」になったことが紹介されました。



この日の講話は、岐阜市立鷺山小学校　石神　康晴　学校長から小学校での児童の様子を中心に、地域住民から支援を頂いている学習体験を通して見えてくる姿についてご紹介を頂きました。石神校長先生は、国語がご専門ということもあり、漢字の成り立ちについて、参加者と共にその由来を考えるクイズを交えながらお話を頂きました。また、小学校の国語科の学習において、「話す」「聞く」につ

家庭教育啓発市民運動スローガンが新しくなりました！

「話して聴いて心つながるわたしの家族」

毎月第３日曜日は、『家庭の日』です。家族でいっしょに過ごして楽しい団らんを！



いて、どのような姿を目指して指導しているのか、発達段階に応じて教えていただき、子どもとコミュニケーションをとるにあたって、たいへん参考になりました。

講話の最後には、５年生の道徳教材「卵焼き」の話をしていただき、家族が心をつなぐ根底には、コミュニケーションの質や量ではなく、子を思う親の深い愛情が流れていることを、改めて教えていただきました。

講話終了後には、参加者が５～６名のグループに分かれて、ミニ集会で紹介を頂いた子どもたちの様子を踏まえて、感想を話し合うグループワークが行われました。鷺山小学校の児童が地域住民の支えを頂きながら、様々な体験を通して成長している姿に参加者の皆さんが感心をされると共に、児童との交流を通して互いに心をつなぐコミュニケーションを深めていくことの大切さを考えるよい機会となりました。



ＯＭＧの生徒の皆さんが鷺山夏祭り大会を盛り上げるため！

令和８年度も、新しいメンバーを迎えて、１ヶ月に１回のペースでＯＭＧの活動が取り組まれています。ＯＭＧという岐阜市立青山中学校生徒有志の集まりは、Ｏ「おれたちが」、Ｍ「まちを」、Ｇ「ガチでつくるぜ」の頭文字をとったものです。鷺山青少年育成市民会議の小森　健司会長をはじめ地域の大人が見守る中、生徒自身が自ら考え、まちの活性化に向けた活動に取り組んでくれています。





今年度も、令和８年８月９日(日)に開催された鷺山夏祭り大会を盛り上げるため、どのような取り組みができるか準備を進め、露店の出店、おばけ屋敷の運営をはじめ様々な活動に取り組みました。どのように関わっていくのか、ＯＭＧの生徒自身が話し合って、取り組む方針を決めていきました。このように自ら考え行動する若者の力が、これからの鷺山を支えていってくれることでしょう。

児童・生徒に爽やかな声かけを！あいさつ運動



令和８年６月１日(月)～５日(金)、９月28日(月)～10月２日(金)に、鷺山青少年育成市民会議の呼びかけで、岐阜市立鷺山小学校、岐阜市立青山中学校に登校する児童・生徒の皆さんへのあいさつ運動が行われました。鷺山青少年育成市民会議の他、鷺山自治会連合会、鷺山地区民生委員児童委員協議会、鷺山校区老人クラブ連合会、鷺山まちづくり協議会の皆さんをはじめ、多くの皆さんが参加されました。児童・生徒の皆さんが大きな声であいさつをして、学校での生活が気持ちよくスタート出来るように願いたいです。





いざという時のために 普通救命講習Ⅰを 受講しました

令和８年６月27日(土)に、岐阜市立鷺山小学校体育館にて、普通救命講習Ⅰを受講しました。この日は、約30名の地域住民の皆さんが講習に参加しました。岐阜北消防署の４名の職員の皆さんが講師として受講者を指導頂きました。



応急手当の必要性について、１．心肺停止の予防、２．早期認識と通報、３．一次救命処置、４．二次救命処置と集中治療の４つのポイントがあることを教えてもらい、傷病者を発見した後に、市民による一次救命処置が社会復帰率に非常に大きく影響することをデータに基づき紹介いただきました。２人１組でレサシと呼ばれる訓練用の人形を使って、胸骨圧迫や人工呼吸、周りの人と協力して絶え間なく胸骨圧迫を続ける連携について体験していきました。





その後、ＡＥＤを使う方法についても学びました。最新のＡＥＤでは、傷病者に電極パッドを貼り付けた後、心臓の状況を確認し、その状況に応じて、自動で電気ショックを与える機器もあるため、ＡＥＤの指示に従って傷病者から離れる必要があることも教えてもらいました。

また、気管に異物が詰まった際の除去の方法や、出血時の止血方法について指導を頂きました。普通救命講習を受ける中、質問の時間が設けられ、参加者から多くの質問が出され、いざという時にどのように対処すべきなのか、学ぶことができました。

今年も水田でハッスル！ どろんこ☆運動会☆ ｉｎ鷺山

令和８年６月21日(日)に、鷺山東の休耕田にて、鷺山校区子ども会育成会主催どろんこ☆運動会☆ｉｎ鷺山が開催されました。前日まで梅雨前線の雨模様で開催ができるか心配されましたが、開催当日の午前中には、雨があがり、無事に開催することが出来ました。当日は約30名の鷺山小学校児童の皆さんが集まり、水の張られた田んぼの中で躍動しました。

参加した子ども達が一本の綱に力を込めて、綱引きが行われ、体中泥だらけになりながら、かけ声に合わせて力一杯綱を引きました。運動場とは異なり、足下が泥で不安定なため、綱を引く最中に体制を崩して泥の中に浸かってしまう子ども達が続出です。





その他にも、ミニゲームを楽しんだり、旗めがけて走り抜けるビーチフラッグを競い合ったり、二人三脚競争などが行われました。泥だらけになった体は、用水路の水を使って、キレイに洗い流しました。どろんこ運動会の開催にあたり、水田を提供頂きました所有者の皆さんには感謝申し上げます。また、運営にあたり、鷺山青少年育成市民会議、鷺山体育振興会の皆さんには、受付やプログラムの運営、安全管理等に協力を頂きありがとうございました。



大規模災害の発生に備えて、最寄りの避難場所、避難所を確認しておきましょう！

鷺山校区自主防災隊 結成式＆安否確認訓練

令和８年６月７日(日)に、岐阜市立鷺山小学校体育館にて、鷺山校区自主防災隊結成式が開催されました。結成式には、単位自治会で編成されている自主防災隊の隊長、岐阜市北消防団鷺山分団、鷺山水防団、鷺山女性防火クラブ、岐阜市赤十字奉仕団鷺山分団並びに大規模災害発生に鷺山地区を担当される岐阜市職員の皆さんが参加されました。



鷺山校区自主防災隊では、大地震をはじめ鷺山地域を大規模災害が襲った際に、地域住民の安否確認を中心に、命を守る活動を進めるために、活動を行います。大規模災害はいつ襲いかかってくるか分かりません。家庭で出来る防災対策の備えを進めてください。

結成式終了後には、令和８年７月12日(日)に実施する震度６弱の地震が発生したことを想定した地域住民の安否確認訓練の実施方法について記載すべき書類を確認しながら、鷺山校区自主防災隊　水野　吉近　隊長から説明がありました。



鷺山では、近年、大規模災害の発生を想定した安否確認に重点をおき、防災訓練を実施しています。各家庭でも家族の安否を確認するための方法や、避難箇所、避難ルートについて、この機会に改めて確認を頂ければ幸いです。



令和８年７月12日(日)午前８時～鷺山各所において、鷺山校区自主防災隊　防災訓練及び安否確認訓練が実施されました。各自治会で実施された防災訓練では、消防職員や消防団員・水防団員の指導を受けながら、心肺蘇生訓練、ＡＥＤによる救命処置、水消火器による初期消火訓練などに取り組みました。



また、それに合わせて、震度６弱以上の地震が発生した際に取り組む安否確認訓練も行われ、倒壊家屋の確認、地域住民の安否、けがの状況、火災の発生等、様々な情報の収集に向けた訓練が行われました。消防団員や水防団員によって構成されている『大規模災害団員』による安否確認訓練も実施され、訓練対象になった自治会を対象に団員が駆けつけて、地図上に安否情報を記入する訓練にも取り組みました。安否確認訓練でとりまとめられた情報は、鷺山公民館に開設された鷺山校区自主防災隊の本部に集められ、情報の確認を進めていきました。



全自治会から安否確認情報の第一報が集まった段階で、総括会議が行われました。今年度の安否確認は、集約までの時間が昨年度より早く完了することができました。そのような中でも、安否確認訓練における課題は抽出されているため、更なる安否確認の精度を上げるための改善を進めていきたいと思います。



自助、共助による助け合いが重要です。日頃からの声かけがあなたの命を救います。

早朝ラジオ体操開催！ 終盤に雨に見舞われて・・

令和８年７月18日（土）に、岐阜市立鷺山小学校グラウンドにて、鷺山体育振興会主催　早朝ラジオ体操が開催されました。天候が危ぶまれる中、何とか開催されポツッポツッと雨が降る中でのスタートでした。



ラジオ体操の指導は、全国ラジオ体操連盟公式ラジオ体操指導員の山内　香織さんに体操のポイントを教わりながら、取り組みました。ラジオ体操終了後には、参加者によるビンゴ大会が開催されました。天候がかなり怪しくなる中、ビンゴ大会が行われましたが、最後の最後になって、猛烈な雨に見舞われました。参加者の皆さんは、急いで屋根のある場所に雨宿りになりました。



夏の夜にグラウンドゴルフ大会

令和８年８月30日（日）に、岐阜市立鷺山小学校グラウンドにて、鷺山体育振興会主催　グラウンドゴルフ大会が開催されました。この日のグラウンドゴルフ大会は、参加者がいつもより多く46名、12チームが編成されて、８ホールを２ラウンドプレイして競い合いました。夏特有の蒸し暑い中、ショートコース、ロングコースと色々ある中、力強いショットを繰り広げていきました。ホールインワンを決めるプレイヤーもあれば、OBをしてしまうプレイヤーもあり、和気藹々とした雰囲気の中、２ラウンドのプレイを楽しみました。この日の結果は、１位は嶋﨑　辰朗さん、２位は沢辺　敏子さん、３位は沢辺　慎さんになりました。グラウンドゴルフに参加された皆さんは、順位に応じて景品を受け取られました。





ウメ・モモ・サクラを枯らします!!
クビアカツヤカミキリにご注意を!!





クビアカツヤカミキリについて

現在、全国的にバラ科の樹木に甚大に被害を及ぼす『クビアカツヤカミキリ』による被害が急速に広がっています。そこで、一般社団法人　日本樹木医会　業務執行理事　水﨑　貴久彦氏から、クビアカツヤカミキリに関して寄稿頂きましたので、御一読頂くと共に身の回りにこのような状況がないかご確認ください。

クビアカツヤカミキリは、ジャコウカミキリ属に属する大型のカミキリムシです。体長は、オス２～４cm、メス３～４cmで、オスは触角が体より長く、メスは短いです。名前の通り首のように見える胸部が赤く、腹部を覆う前翅が黒くツヤツヤしています。



出典：クビアカツヤカミキリの関連情報リンク集
（環境省ホームページ）

鷺山の資源分別回収は、毎月第３火曜日です。ゴミ減量のため、資源分別回収に御協力ください。

日本では、**通常卵から成虫になるのに２年間**を要しますが、生息域によって卵から成虫になるのに１年から３年まで変化することが知られています。卵から孵化した幼虫は、樹皮下に潜り込み、穿孔・食害します。その後、最終齢になると木材も食べ始め、蛹になる直前には樹幹の中心に向かって食い進み、蛹室を作ります。１ヶ月程、蛹の期間を過ごし、３年目の夏に成虫となって脱出します。脱出した成虫は、脱出直後から交尾することが可能で、五百～千個程、樹皮の割れ目などに産みます。この大量に卵を産み付ける能力が、急速な被害拡大を引き起こす原動力となっています。

このクビアカツヤカミキリは、飛ぶ力が比較的弱く自力では３kmほどしか飛ぶことができません。飛ぶのが下手なので、同じ樹木に**大量の卵を産み付けたりするので、一気に幹がボロボロに食い荒らされて枯れてしまいます。**

でも、飛ぶのが下手なのに、なぜ被害が各地に急激に広がったのでしょうか？実は、このクビアカツヤカミキリは、人間の経済活動によって、あちこちに一気に広がっていっています。

クビアカツヤカミキリの生活環

	１月	２月	３月	４月	５月	６月	７月	８月	９月	10月	11月	12月
１年目						卵				幼虫（樹皮下）		
２年目				幼虫（樹皮下）						幼虫（蛹室）		
３年目		幼虫（蛹室）		蛹		成虫（交尾・産卵）						

平成20年の北京五輪が象徴するように、丁度この時期に中国の経済活動が非常に活発になり、世界各地にこのカミキリムシが侵入を開始しています。日本では、平成24年に愛知県海部郡飛島村で最初に侵入が確認され、その後、群馬県、栃木県、埼玉県や、東京都、大阪府、徳島県等に、同時多発的に侵入しています。恐らく輸入資材の梱包材と共に入ってきたと言われています。国内で拡散する時も、ヒッチハイク型の拡大をすることで知られており、トラックなどにくっついて拡散していると言われています。岐阜県の場合、愛知県で被害が拡大し、木曽川を越える橋の周辺（海津、羽島、輪之内等）や大きな国道周辺（各務原、岐阜）で見つかっています。恐らく鷺山地域は、長良川を越えるのに少し時間はかかると思いますが、バイパス　特に、金華橋、忠節橋から北上した辺りに侵入するのではないかと思われます。

クビアカツヤカミキリを見つけるためには

クビアカツヤカミキリの侵入を見つけるには、樹幹に幼虫が入って食害する時に排出する**木くず（フラス）を探すのが、最も手軽です。**



画像提供：埼玉県環境科学国際センター

フラスを探す対象は、**バラ科の樹木**です。**ソメイヨシノやヤマザクラなどの桜の仲間や、ウメ、モモ、ハナモモ、アンズ、スモモ、プルーン**です。フラスが排出される時期は、春から秋（３～10月）の間になりますが、冬も木の根元にフラスが残っている事が多いので、例えば、堤防の草が枯れた後に根元を探すとフラスが見つかることがあります。クビアカツヤカミキリ以外にも、桜などを加害する穿孔性害虫はいますが、それぞれフラスの形状が異なっています。クビアカツヤカミキリのフラスは、特に蛹室を作り始めるころのフラスは、**カリントウのように細長くつながっており、フラスをよく見ると、ちょうどアイスクリームをスプーンで削った時の様な、細かな匙状の木屑が大量に含まれています。**逆に繊維を裂いたような長い木屑は含まれていません。また、木屑の量が非常に多いので、他のカミキリムシのフラスとは容易に区別がつきます。

成虫を捕まえる場合は、夏の午後、桜等の幹の、腰辺りから下の低いところを探します。特に雨が降った後の晴天、ちょっと蒸し暑い日に探すと、活発に産卵活動をしている個体を見つけることができます。被害が非常に多い所では、小河川堤防の桜並木を20分も歩くと50匹以上捕獲することができました。

こうして成虫やフラスを発見した場合、どうしたらよいのでしょうか？現在、**クビアカツヤカミキリは、環境省　特定外来生物に指定**されており、生きたまま移動させてはいけない事になっています。成虫を見つけた場合は、その場で踏み潰すか、殺虫剤を吹きかけて処理してください。標本を作る場合も、容器に入れて殺してから移動してください。成虫やフラスを見つけた際は、行政の担当部署（岐阜市役所　環境保全課　自然係　TEL：058-214-2151）まで通報してください。

雑がみの回収に力を入れています。是非、様々な紙を「雑がみ」として回収し資源化を進めよう！

鷺山公民館だより

第99号
発行
岐阜市鷺山公民館
TEL 294-1665
鷺山公民館にご用のある方は、月曜日～土曜日の午前９時～12時に来館や問合せをお願いします。

令和８年度鷺山公民館運営審議会委員・運営委員会委員

令和８年度は、こちらの皆様に鷺山公民館運営審議会委員・運営委員会の委員を務めて頂きます。委員の皆様の様々な御意見・御提案を反映させ、公民館のよりよい運営に務めていきます。

氏　名	関係団体役職	氏　名	関係団体役職
水野　吉近	自治会連合会 会長 （運営審議会委員長・人権教育推進委員）	祖父江 美実	岐阜北地区交通安全協会鷺山支部 支部長
		矢島　克司	岐阜市北消防団 鷺山分団 分団長
石神　康晴	鷺山小学校 校長 （運営審議会委員・人権教育推進委員）	大木　啓司	岐阜市鷺山水防団 団長
		土田　正人	岐阜市鷺山体育振興会 会長
佐藤　宏己	鷺山まちづくり協議会 代表、自治会連合会 副会長 （運営審議会委員・人権教育推進委員）	内山　行孝	鷺山地区民生委員児童委員協議会 会長
		霜田　英二	鷺山校区老人クラブ連合会 会長
川島　道徳	自治会連合会 副会長	長屋　幸知	鷺山校区子ども会育成会 会長
下平　敦	自治会連合会 監事	水野　敬子	岐阜市赤十字奉仕団 鷺山分団　分団長
平塚　剛	青山中学校 校長	一戸　咲子	岐阜市鷺山女性防火クラブ 会長
上村　直樹	青山中学校 教頭	石原　宏基	岐阜市社会福祉協議会鷺山支部 主事
加藤　敦子	鷺山小学校 教頭	森瀬　浩美	公民館クラブ 総代表
福城　学	青山中学校ＰＴＡ 会長	佐藤　富昭	公民館 館長（人権教育推進委員長）
岩佐　徳仁	鷺山小学校ＰＴＡ 会長	林　　典子	公民館 主事（人権教育推進指導員）
小森　健司	鷺山青少年育成市民会議 会長		

クラブ紹介
岐阜太極倶楽部　二気
代表　佐藤　まゆみ

今年５月から鷺山公民館クラブとして教室の会員は、日本武術太極拳連盟に所属し、健康維持・増進を目的としている人や連盟の検定（５級から５段）を目指している人など、共に太極拳を学び、親しみ、生涯スポーツとして楽しく練習しています。

また、今年８月～10月にかけて体験講座（６回）を開催しました。ゆったりとした動作・深い呼吸で、リラックス効果や筋力とバランスアップなど、こころとからだのリフレッシュを体験していただけるよう、初めて太極拳をされる方にも「わかりやすくていねいに」をこころがけ、一緒に練習させていただきました。

太極拳は年齢に関係なくいつでも始められ、生涯楽しめるスポーツです。長く続けることで肩こり・腰痛改善にも期待できます。私たちと一緒に、気持ちよく運動習慣を身につけ、太極拳を通じ健康増進を目指しませんか？

「会員募集中」です。

（見学・体験歓迎。土曜日午後２時30分～４時30分）



クラブ紹介
岐阜太極倶楽部　つばさ
代表　石原　敏秀

ゆっくり動いて、心も身体も元気に！

「つばさ」始動！

４月から鷺山公民館で、「岐阜太極倶楽部　つばさ」が活動を始めました。現在、初心者から経験者まで12名が参加し、毎週木曜日の19時から、棚橋弘美先生の指導のもと、24式太極拳を中心に楽しく練習しています。

太極拳は、ゆったりとした動きと呼吸を合わせ、無理なく身体を動かせるのが魅力です。健康づくりや運動不足の解消だけでなく、仲間と一緒に身体を動かす楽しさも味わえます。

「太極拳は初めて」という方も大歓迎！まずは気軽に体験してみませんか。皆さんのご参加をお待ちしています。



要介護一つ手前の『フレイル』になる事を予防しよう！

日頃の運動、栄養バランスのとれた食事、お口の健康、サークル等の社会との関わりを持つことが大切です。

鷺山公民館 クラブ紹介

火曜日

★すみれ歌謡クラブ
14：00～　（第1・3）
★チェアエクササイズ
13:00～　（第2・4）
★フラワーアレンジメント
13：00～　（第2）



水曜日

★鷺山民踊クラブ
13：30～　（第1・2・3・4）
★健康ヨーガクラブ
10:00～　（第1・3）

月曜日

★水墨画クラブ
9:30～　（第1・3）



土曜日

★鷺山筋トレクラブ
13：30～　（第1・3）
★リフレッシュ３Ｂ
10：30～　（第2・4）
★岐阜太極倶楽部　二気
15：00～　（第1・3）
14：00～　（第2・4）

木曜日

★いきいきエクササイズ
13：00～　（第1・2・3・4）
★岐阜太極倶楽部　つばさ
19：00～　（第1・2・3・4）

金曜日

★書道クラブ
10：00～　（第1・3）
★ひまわりコーラス
10：00～　（第2・4）
★しらさぎコーラス
13：30～　（第2・4）

鷺山公民館では、
このようなクラブが
常時楽しく活動しています。
参加することで、自らの教養の向上・健康の増進・多くの人との交流！
より人生を楽しく
心豊かにします。



詳しくは鷺山公民館
までお尋ねください。
☎　058-294-1665
（月～土曜日　午前9時～12時）

鷺山公民館クラブのご紹介

現在、鷺山公民館では、月曜日～土曜日に14のクラブが活動しています。書道やフラワーアレンジメント等の文化系の活動から、筋トレやエクササイズなど、体を積極的に動かすものまで、様々な活動が取り組まれています。また、仲間の人達と共に、新しいクラブを創設することも可能です。クラブへの参加希望や、新しいクラブの創設に興味のある方は、鷺山公民館までお問い合わせください。

公民館講座 初の開催！ 健康マージャン

令和８年９月24日(木)に、鷺山公民館にて、岐阜市社会福祉協議会鷺山支部、鷺山公民館主催　健康マージャン講座が開催されました。今回の健康マージャン講座の開催にあたり、明治安田生命保険相互会社岐阜支社並びに、(一社)日本健康麻将協会の講師の皆さんのご支援を頂き開催できました。



『健康マージャン』は、今までの麻雀のイメージと異なり『賭けない、飲まない、吸わない』をモットーに、麻雀を楽しみながら、皆さんとのコミュニケーションを楽しみ、プレイをしながら頭の体操を行い、活性化を進める取り組みで注目を集めています。この日は、日頃から麻雀を楽しむ方や、この日初めて麻雀をする方など26名の皆さんが参加されました。

今回は健康マージャンを体験する『初心者の方もOK』な体験講座ということもあり、麻雀のやり方を知っている人と、初めてする人の２つのグループに分かれてスタートしました。麻雀を知っているグループでは、普段通りに麻雀を楽しんで頂きました。

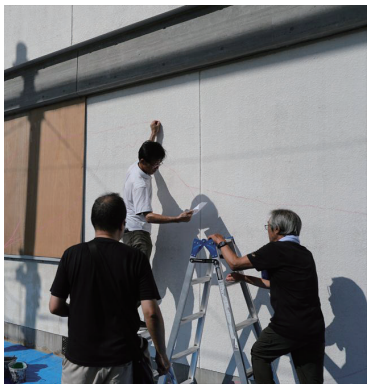


一方、初めて麻雀をするグループは、講師の皆さんから、麻雀牌の種類を学ぶところからスタートしました。麻雀牌には、萬子(マンズ)、索子(ソーズ)、筒子(ピンズ)、風牌(フォンパイ)と三元牌(サンゲンパイ)で構成されていることを教えてもらい、どのように３枚の牌を揃えていくのか、基本的なルールを教えてもらいました。その後、麻雀を始めて行い皆さん同士が、ペア１組(対子)と３枚組(順子または刻子)を一つ揃える特別ルールで親のメンバーから順番に、山に積まれた牌をめくりながら、どのようにしたら、ペアを揃えたり、３枚組を揃えたりすることができるか考えながら、進めていきました。参加者がつもる牌の種類を確認しながら、どのようにしたら３枚組やペアを作ることができるのか、一緒にプレイしているメンバーが捨てる牌を考えながら進めていくのは、本当に頭の体操になりました。また、このような健康マージャンを楽しめる機会を設けていくことができればと思います。

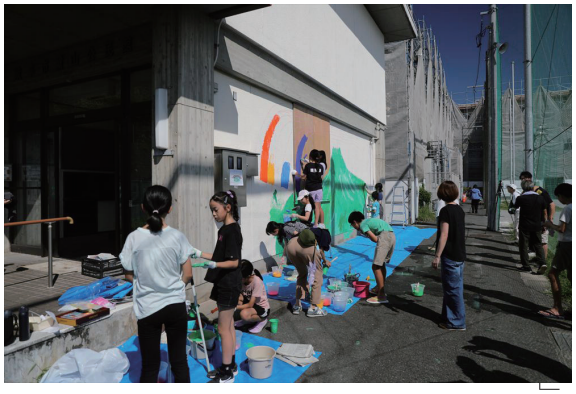


旧鷺山公民館の壁に、感謝のデザイン画を作成中！

令和８年９月19日(土)に、旧　鷺山公民館にて、鷺山校区子ども会育成会のインリーダー生が、感謝のデザイン画の作成に取り組みました。岐阜市立鷺山小学校の敷地内にあった旧鷺山公民館は、令和７年３月で閉館されました。今年度秋には、解体工事が予定されています。そこで、今まで地域の拠点として活躍してくれた公民館に感謝の気持ちを伝えるためのデザイン画を鷺山公民館の東側の壁に描くことになりました。はじめに、デザイン画のアウトラインをチョークで、下書きをしていきました。下書きを終えると、インリーダー生が下書きのラインに合わせて、アクリル絵の具を使って、山と虹のデザイン画をキレイに描いていきました。この日は、予定されていたデザインの一部を完成させたところで、終了しました。今後、何回かの活動を経て、完成をさせていく予定です。皆さん、完成するのをお楽しみに！







火の確認　いい日を支える　いい習慣

福祉委員委嘱式を開催しました。

令和８年５月13日（水）に、鷺山公民館にて、岐阜市社会福祉協会鷺山支部主催福祉委員委嘱式が開催されました。各自治会から選出された福祉委員の皆さんに、水野　吉近　支部長から委嘱状が交付されました。



福祉委員の皆さんは、各自治会の中で、見守りが必要な住民に対して声かけを行ったり、民生委員の皆さんと協力して見守りの必要な住民への支援を行って頂きます。そのため、福祉委員として活動するために知っておいてもらいたい鷺山の現状や、地域福祉活動の概要について、岐阜市社会福祉協議会　鷺山地区担当コーディネーター　児玉　正貴子さんから講話を頂きました。





福祉委員の任期は、２年間になります。その間、地域の安心・安全のために活動を推進して頂ければと思います。

鷺山地区地域福祉活動計画改定に向けたワークショップを開催！

令和８年７月18日（土）に、鷺山公民館にて、岐阜市社会福祉協議会鷺山支部主催で、鷺山地区地域福祉活動計画の改定に向けたワークショップが開催されました。

岐阜市社会福祉協議会の鷺山地区担当コーディネーターである児玉　正貴子さんから、『地域の「未来」を考えよう！』と題して、地域福祉とは何なのか講話を頂きました。岐阜市が策定している岐阜市地域福祉推進計画の内容や、平成30年に策定された鷺山地区地域福祉活動計画の内容を振り返りつつ、鷺山の強みになる内容の紹介を頂きながら、「ふだんの　くらしの　しあわせ」を考えていきました。

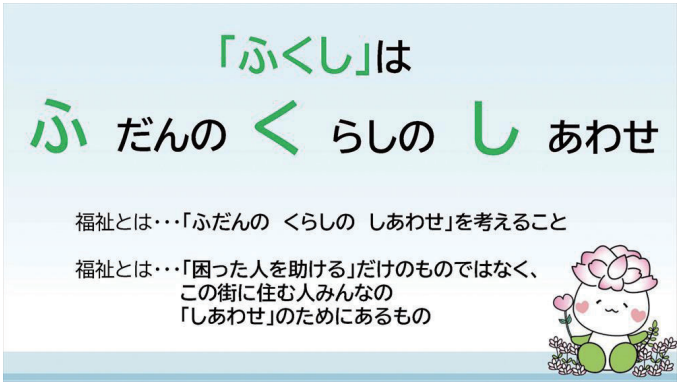


講話終了後には、グループに分かれてワークショップに取り組みました。参加者同士初めて会う方もお見えになるのでえ、アイスブレーキングを兼ねて自己紹介トークを繰り返していきました。その後、グループ毎に「ふだんの　くらしの　しあわせ」を進める上で鷺山が抱える課題や問題点を抽出していくと共に、その解決に向けて取り組む活動について意見交換をしていきました。

約１時間のワークショップ終了後には、各グループの意見を共有するためのグループ発表が行われました。今までの鷺山地区の地域福祉活動計画は、高齢者福祉や障がい者福祉に焦点をあてた活動になっていましたが、皆さんから発表された意見からは、コミュニティの話やご近所付き合いといった身近な生活に視点が当てられた課題や活動が多く紹介されました。今回、参加者から出された多くの意見を材料に、地域福祉活動計画の素案づくりが進められ、鷺山の地域福祉を推進していくための計画を検討していく予定です。







お出かけの前は、コンロや暖房器具の火の始末を確認しましょう。家の周りの燃えやすい物は片付けましょう。

鷺山福祉

第75号
発行
岐阜市社会福祉協議会
鷺山支部
TEL 215-8195

楽しく学んで作ってみよう！親子で料理教室開催



令和8年7月20日(月・祝)に、鷺山公民館にて、岐阜市食生活改善推進協議会鷺山地区主催で、『楽しく学んで作ってみよう！』と題して、親子料理教室が開催されました。この日は22人の親子の皆さんが参加されました。この日のために朝早くから食生活改善推進員の皆さんが、衛生的な会場準備、食材の準備を進めておられました。

参加者が揃ったところで、岐阜市食生活改善推進協議会鷺山地区の水野　敬子代表と岐阜市北保健センターの管理栄養士の成瀬さんから冒頭にお話を頂き、共食という家族や友人と一緒に食卓を囲むことの重要性や朝食を摂ることの大切さについて栄養面からその重要性を教えてもらいました。



この日は、親子でおにぎらずと食パンとくだものの缶詰を使った簡単パフェを作りました。調理に入る前に、参加者の皆さんは丁寧に手洗いを行いました。準備も整ったところで、調理がスタートです。参加者は、おにぎらずの材料である海苔、炊きたてご飯、具材の鮭フレーク、卵焼き、魚肉ソーセージ、チーズ、ふりかけを食生活改善推進員【通称：食改さん】に分けてもらいました。おにぎらずをキレイに作るために、市販の豆腐のトレイを活用した調理方法を教えてもらいました。完成したおにぎらずを包丁で切ったときの断面を想像しながら、ご飯の間に挟み込む具材を調えていきました。簡単パフェの調理では、材料の食パンを細かくちぎってパフェの器に盛り付けるのがポイントです。食パンを細かくちぎった後は、くだものとシロップ、ホイップを盛り付けていきました。約30分程度の調理時間で完成です。参加者全員で『いただきます』と挨拶をしてから試食を行いました。試食が終了した後、子ども達にはお菓子のつかみ取りもしてもらい、お土産として持って帰ってもらいました。ご家庭でもお試しください。













みんなあつまれ！子育てサークル さぎっ子くらぶ







月に１回、正木公民館にて、さぎっ子くらぶを開催し、親子の交流を深めています。奮ってご参加ください！

ニセの警察官を名乗って、あなたにお金を要求する詐欺の手口が広がっています。被害は、20代や30代の若者にも広がっています。

鷺山校区敬老会が開催されました

令和８年９月21日（月・祝）に、岐阜市立鷺山小学校体育館にて、鷺山校区敬老会が開催されました。台風25号の進路によっては、開催が危ぶまれていましたが、台風の進路が変わったため開催することができました。当日は、自治会長の皆さんが協力して会場設営を行いました。



受付時間に合わせて、多くの敬老会対象者の先輩方が来場されました。皆さん、しっかりとした足取りで受付を済ませていかれました。この日は、約300名の皆さんが来場され、活気ある敬老会になりました。今年度金婚を迎えられる12組の御夫妻の内、４組が参加をされ金婚祝いが贈られました。式典終了後には、来場者にお楽しみ頂くアトラクションとして、大垣女子短期大学　音楽総合学科　ウィンドアンサンブルのメンバーによる演奏が披露されました。坂本　九さんの上を向いて歩こう、暴れん坊将軍や大岡越前といった時代劇のテーマ曲、美空　ひばりさんの川の流れのようにの他、昭和を彩る懐かしのメロディが披露されました。最後に、『ふるさと』を来場者の皆さんと共に口ずさみました。また、アンコール演奏では、マツケンサンバが披露され、会場全体で手拍子をして盛り上がりました。お帰りの際には、鷺山商店街、正木町発展会加盟店で利用頂ける商品券の抽選会が行われ、来場者あの皆さんに商品券を贈りました。また、来年も元気な姿で敬老会にお越し頂ければと思います。







令和８年 ふれあい・いきいきサロン 支え合いマップづくり

各地区で、高齢者の交流の機会となる『ふれあい・いきいきサロン』や災害発生時の要支援者の支え合いのための『マップづくり』に取り組んでいます。











警察官は、ＬＩＮＥを使って連絡することはありません！その連絡、特殊詐欺です！

「お金」の話が出たら、それは特殊詐欺を疑って、家族や身の回りの人に相談をしましょう！

イオン　幸せの黄色いレシートキャンペーンにご協力を頂き、ありがとうございます。
令和７年度は、１９１００円の支援を頂き、イオン岐阜店から鷺山公民館実習室で使用する調理器具を提供頂きました。

御　礼

鷺山夏祭り大会に御協賛頂き誠にありがとうございました。

鷺山夏祭り大会開催にあたり、多くの皆様の御協賛を頂き、無事開催をすることが出来ました。本当にありがとうございました。こちらの紙面にて、御協賛を頂きました皆様を御紹介させて頂きます。

◆御協賛者　一同◆

鷺山商店街	（有）正木土建	ギフトギャラリーやまだ
寿司処　美の和	焼肉木曽	（株）桑原自動車
スナックＹＯＲＩＡＩ	魚茂	ひろ寿し
（株）川島樹脂	川北石油（株）	岐阜北法人会青山支部
鉄板焼　おがた	（有）正木建材	くねくね　正木店
正木町発展会	ＪＡぎふ鷺山支店	（株）森田自動車
ヘアーギャラリーＭＯＮＤＥ	三和歯科医院	ホワイト急便　正木店
（有）南谷畳店	神山商事（株）	アクアリゾートふじの湯
エスケイ電気	加納屋　正木店	
ＳＳＣ(株)	川北自動車工業（有）	※敬称略、順不同

『鷺山まちづくり協議会からのお知らせ』

LINEオープンチャットを開設しています。奮ってご参加をお願いします！

LINE OPENCHAT

コミュニケーションアプリ『ＬＩＮＥ』のオープンチャットを活用して、鷺山まちづくり協議会をはじめ、鷺山に関する様々な情報(イベント情報、参加者募集情報、防災情報等)を皆様にお届けいたします。

このオープンチャットは、スマートフォン等でＬＩＮＥを使っている方であれば、簡単に設定し、情報を入手することが出来ます。オープンチャットでは、参加者同士が友だち登録をしなくても、グループに参加することが可能なので、加入者のプライベートを守ることできます。右のＱＲコードを読み込み、オープンチャットへご参加頂ければ幸いです。

パソコン・スマホで見るなら 地域コミュニティ情報サイト「さぎ山の広場」 さぎ山の広場 検索