



やっと春らしい気候になり、各家庭の庭にもきれいな草花が見られるようになりました。昨年4月にやくだち隊の皆さんに植えていただいた5丁目遊歩道のピンクの芝桜も見事に満開（4月20日頃）となりました。年に一回、2～3週間程と短い期間ではありますが、こんなに心を和ましてくれて感動しました。ご近所の皆さんによる初期の水やりや雑草抜き等で気を掛けていただいたことにも感謝です。手が掛からないようになるまでもう1～2年掛かるかと思いますが、今後の緑道管理方法の一つとして選択肢に加えられるのではないのでしょうか。



《ロードサポートとやくだち隊が合併しました》

従来、それぞれの活動は、ほぼ同じメンバーで同じ機械や道具を使いながら別々の代表者の下で活動を行っていました。メンバーの高齢化や人数が増えない中、効率化を目指しロードサポート活動をやくだち隊活動の一つと捉え、やくだち隊に合併する事をそれぞれのリーダー会を経て、4月のロードサポート・やくだち隊総会で正式決定されました。やくだち隊代表は4丁目和田さんが、又、ロードサポートは市とのやり取りが発生するので山田副会長がやくだち隊副代表として旧ロードサポート活動を支援します。今回の合併に伴いロードサポートの呼称も“愛岐やくだち隊”として市に登録されます。

《お知らせ・お願い》

- ・災害時の非常用トイレの斡旋をします。詳細は5月の回覧で案内中。申し込み期限5月30日
 - ・5月10日（土）やくだち隊活動2丁目遊歩道除草活動
 - ・5月11日（日） 8:00～9:30 花いっぱい運動
 - ・5月17日（土）10:00～ 5丁目自主防災会議／19:00～ 2丁目自主防災会議
 - ・5月18日（日）帷子センターまつり（愛岐ヶ丘は昨年同様キャラメルソーとソフトドリンクの販売を予定）
 - ・5月24日（土）10:00～ 3丁目自主防災会議／16:00～ 4丁目自主防災会議
- <翌月予告>・6月14日（土）救急救命普及講習会・6月21日（土）市道30号線沿い清掃

《お花見フェスの防災コーナーで「私の防災・減災宣言」》 防災士会 服部よね子

地震や豪雨による洪水・崖崩れなどが全国各地で頻発していて、決して「対岸の火事」ではありません。皆で防災・減災対策を進めていきたいと、防災士会ではお花見フェスで防災コーナーを設け、非常用トイレや家具転倒防止器具、感震ブレーカーなどを紹介・斡旋してきて、本年は震災碑も取り上げました。今年は、こちらからアクションを起こして覗いてもらいたいと、愛岐ヶ丘伝統の太鼓も借りて「私の防災・減災宣言」と銘打って、皆さんが実践されている対策や、これからの決意を発表してもらうことにしました。ご自身、あるいは代読で17組が発表してくださいました。バッチリ（している）派とサッパリ（していない）派の二極化していて、考えさせられました。印象に残ったのは、「他人は当てにしない。自分のことは自分で守る。」と万全の準備しているという初老のMさんご夫妻。それに、新一年生のYちゃん。火事が起きたら「ハンカチで口と鼻を押さえて屈んで逃げる」、揺れが起きたら「ダンゴムシなる」でした！



3丁目 渡邊 夢(ゆめ)ちゃん 令和6年11月12日誕生

おめでとうございます。

元気で健康な子に育ってほしいです ♡ パパママより



《令和7年度：防災防犯への心構えと備え》

3月28日、ミャンマーをM7.7の地震が襲い甚大な被害が出ました。震源地は約200年近く地震の起きていない空白域でした。日本では、南海トラフ地震が30年以内に80%の確率で発生すると言われています。可児市が公開している「揺れやすさマップ」によると、愛岐ヶ丘地区の想定震度は5強。家屋倒壊の心配はほぼ無いものの「固定していない家具が倒れることがある」位に揺れます。なお、負傷原因の約70%は倒れた家具等の下敷やガラス破片によるものとことです。そこで、予め家具や大型家電の固定をしておくことで身の安全を確保し、突然の地震でも冷静に対応したいものです。

1丁目防災防犯委員



《刈払機・草刈機取り扱い講習会》

恒例の刈払機・草刈機取り扱い講習会を4月20日、ふれあい広場で実施しました。参加者12名が三つのグループに分かれ、やくだち隊メンバーによる指導の下、熱心に使い方や安全について勉強されました。今年も団地が美しくあるように、皆さんで協力し合い、こういった機械を活用して少しでも楽に安全に団地清掃を行っていきましょう。自治会では更に、女性でも扱いやすい、軽量草刈機等を購入していく予定です。(草刈機は借用できます)



《令和7年度1丁目自主防災会議開催》

4月20日に集会場ホールにて、1丁目の自主防災会議が開催されました。区長をはじめ、防災士他役員の方々を中心とし、実際の避難訓練の流れや各自の役割などをロールプレイ形式で体験してもらっていました。チームワークのよさに感心させられながら見学しました。



みんなの投稿コーナー



シジュウカラが巣作りしてた筈なのに、いつの間にかこのスズメの夫婦？に変わっている。「まっ、いいか！」どちらも可愛いから



リフリラ yoga
朝と夕方行っています。
いつでも見学・体験来て
くださいね★

愛川会

兼題「ちよっと」

ちよっとした気遣い受けて勘違い
ちよっと待て賞味期限が過ぎている
少額でごめんなさいね募金箱
よその子はちよっとと見ぬ間にお年頃
ちよっと待て我が財布見て後ずさり

玉ネギ
酒呑童子
竹の子
チビ丸
三岳

愛川会会員募集中
板山 まみ子
65-2200
句会は第二月曜午後
見学歓迎

皆さまの投稿をお待ちしています。
投稿は自治会メール aigi5212@wh.commufa.jp

《支え愛の会 “笑顔” 5月の活動》 場所：ふれあいセンター

ふれあいセンター ☎50-6014 支え愛の会携帯 ☎080-6916-1519

3月29日に「お花見フェス」には、464人と大勢のご参加をいただきました。桜の花はまだまだでしたが、みなさまの満開の笑顔で溢れていました。ご協力ありがとうございました。今年で8年目を迎える「支え愛の会 “笑顔”」96名のスタッフで運営します。よろしくお願いします。

○移動支援が週3日（火、水、金）内容を変更して実施しています。詳細はチラシをご覧ください。
○ゴミ出し、簡単な家事支援、などお困り事がありましたら、先ずはふれあいセンターにお電話を！！
○野菜販売もあります。ふれあいセンター入口を覗いてください。

「支え愛の会」月～金（祝日除く） 10時～12時 13時～15時30分

5／12（月）10時30分～ 11時30分			5／16（金）13時30分～ 15時
笑顔で歌おう!! 「目に青葉 山ほととぎす 我に歌」 今月の歌は？ 乞うご期待！！		簡単おやつ 5月はお休み	旬のおかずレシピ交換会 「木曜ひろば」 「トマトの旬っていつ??」 「今が旬のトマトレシピ」 参加費:100円
5／13・5／20・5／27 毎週火曜日13時30分～15時30分（5月から毎週火曜日）			
スポーツ吹矢	毎週火曜日に開催します。集中力アップ！！肺活量アップ！！腹筋も鍛えられる吹矢。 誰でもいつからでも始められるスポーツ吹矢。高齢者にピッタリ！長く続けられるスポーツです。 是非体験にお越しください。参加費100円 マウスピース110円		
集いの会 “笑顔” 毎週火曜日 10時～11時30分（参加費：無料）			
5／6（火）	5／13（火）	5／20（火）	5／27（火）
お休みです	しょうこ&わたる お二人による ワクワクドキドキ ときめきコンサート!!	のんびり ゆったり お茶べりタイム 茶菓子代100円 （希望者のみ）	ドキドキハラハラ あら不思議 エンジョイマジックショー!!



おしゃべりリズムテンポ全て若
葉台の裕次郎ワールド全開！
お元気で活動できる裕次郎さん
を楽しめました



人気の「中北薬品健康講座」
健康保持・増進には高血圧の有無に
かかわらず減塩に心掛けましょう!!

おいしく減塩！ 食べ方のポイント

- ☑ 種類の汁は減らす
- ☑ 温かい料理は温かいうちに食べる
- ☑ 調味料は「かける」より「つける」
- ☑ 外食、インスタント食品は1日1回まで
- ☑ よく噛んで素材本来の味を味わう
- ☑ 食塩量の多い食品は量を減らす

練り製品 肉・魚介加工品 漬物 など

おいしく減塩！ 作るときのポイント

- ☑ 塩味が濃い料理は1食1品までにする
- ☑ 調味料は計量し、使用量を把握する
- ☑ 汁物は具たくさんにして汁を減らす
- ☑ うま味成分を含む食品を利用する
- ☑ こんぶ、かつお節、干しいたけ など
- ☑ 少ない食塩量でも味を感じやすいように表面のみに味をつけたり、とろみをつける
- ☑ 塩味以外の味や風味、コクを利用する

・香辛料 ・香味野菜 ・酸味
・油 ・香ばしさ など

「木曜ひろば」 第2・第4木曜日 午前：10時～12時 午後：13時30分～15時30分

ハンドメイド：家で眠っている衣類を使った便利小物を作って見ませんか。

最新ハンドメイド作品

5/8 (木)	午前 ハンドメイド	午後：邦画『さくらん』(2007) 監督：蛭川実花、主演：土屋アンナ
5/22 (木)	午前 ハンドメイド	午後：洋画『小説家を見つけたら』(2000) 米 監督：ガス・ヴァン・サント、主演：ジョーン・コネリー
5/17 (土)	10時～14時 長編映画会	邦画ドラマ『絆 走れ奇跡の子馬』(2017) (144分) 原作：島田明宏、主演：役所広司



帽子

*映画会：上映作品のリクエストがありましたら連絡ください。

◇愛岐ヶ丘自治会カレンダー(令和7年5月・6月)◇

※このカレンダーは、施設使用届出を基に作成しています。開始時間等は代表者の方に確認してください。
また、新型コロナウイルス感染状況及び、諸事情により中止する場合がありますのでご了承ください。

日	月	火	水	木	金	土
5/11 花いっぱい運動 (8:00~9:30)	12 卓球 (10:00~12:00) まちかど運動教室 (14:30~15:45) 支え愛の会 笑顔で歌おう (10:30~11:30) 愛川会 (13:30~14:30)	13 リフリラ yoga (8:45~9:45) ナニマカマカ/フラダンス (13:30~15:00) 集いの会“笑顔” (10:00~11:30) 支え愛の会健康吹き矢 (13:00~15:30) 友和会グラウンドゴルフ (8:30~11:30)	14 太極拳 (13:00~15:00) 卓球 (15:10~17:10) 手編みサークル (10:00~12:00) 愛岐ヶ丘グラウンドゴルフ(ベタンク) (8:30~11:30)	15 朝 yoga (8:45~9:45) こでまり/女子卓球 (10:00~12:00) ボレボレ愛岐 (13:30~15:30) 編物木曜教室 (10:00~12:00) オカリナ (13:30~15:00) 交通安全委員会 交通街頭指導 (7:15~8:00)	16 ポップコーン (13:00~15:00) 卓球 (15:10~17:10) リフリラ yoga (17:20~18:20) 書道サークル (9:45~11:45) 友和会グラウンドゴルフ (8:30~11:30)	17 5丁目自主防災会議 (10:00~12:00) 2丁目自主防災会議 (19:00~21:00) 木曜ひろば 「長編映画会」 (10:00~15:30) 愛岐ヶ丘グラウンドゴルフ (8:30~11:30)
18 施設管理委員会 集会場・ふれあい センター掃除 (9:30~)	19 卓球 (10:00~12:00) まちかど運動教室 (14:30~15:45) 友和会 (9:30~12:00)	20 ナニマカマカ/フラダンス (13:30~15:00) 集いの会“笑顔” (10:00~11:30) 支え愛の会健康吹き矢 (13:00~15:30) 友和会グラウンドゴルフ (8:30~11:30)	21 太極拳 (13:00~15:00) 卓球 (15:10~17:10) 手編みサークル (10:00~12:00) 愛岐ヶ丘グラウンドゴルフ(ベタンク) (8:30~11:30) 歩こう愛岐 (9:00~)	22 こでまり/女子卓球 (10:00~12:00) ボレボレ愛岐 (13:30~15:30) 木曜ひろば (10:00~12:00) (13:30~15:30)	23 ポップコーン (13:00~15:00) 卓球 (15:10~17:10) らくらく体操会 (10:00~12:00) 友和会グラウンドゴルフ (8:30~11:30)	24 3丁目自主防災会議 (10:00~12:00) 4丁目自主防災会議 (16:00~18:00) 支え愛の会かんたんおやつ (13:30~15:00) 愛岐ヶ丘グラウンドゴルフ (8:30~11:30)
25 施設管理委員会 公園砂場消毒 (8:30~)	26 リフリラ yoga (8:45~9:45) 卓球 (10:00~12:00) まちかど運動教室 (14:30~15:45) 支え愛の会 笑顔で歌おう練習 (10:00~12:00) 支え愛の会役員会 (13:00~15:30)	27 ナニマカマカ/フラダンス (13:30~15:00) 集いの会“笑顔” (10:00~11:30) 支え愛の会健康吹き矢 (13:00~15:30) 友和会グラウンドゴルフ (8:30~11:30)	28 太極拳 (13:00~15:00) 卓球 (15:10~17:10) 手編みサークル (10:00~12:00) 愛岐ヶ丘グラウンドゴルフ(ベタンク) (8:30~11:30)	29 こでまり/女子卓球 (10:00~12:00) ボレボレ愛岐 (13:30~15:30)	30 ポップコーン (13:00~15:00) 卓球 (15:10~17:10) リフリラ yoga (17:20~18:20) 書道サークル (9:45~11:45) 友和会グラウンドゴルフ (8:30~11:30)	31 愛岐ヶ丘グラウンドゴルフ (8:30~11:30)
6/1 施設管理委員会 4丁目公園内トイレ清掃 (9:30~)	2 リフリラ yoga (8:45~9:45) 卓球 (10:00~12:00) まちかど運動教室 (14:30~15:45) 支え愛の会 笑顔で歌おう (10:30~11:30) 交通安全委員会 交通街頭指導 (7:15~8:00)	3 ナニマカマカ/フラダンス (13:30~15:00) 集いの会“笑顔” (10:00~11:30) 支え愛の会健康吹き矢 (13:00~15:30) 友和会グラウンドゴルフ (8:30~11:30)	4 太極拳 (13:00~15:00) 卓球 (15:10~17:10) 手編みサークル (10:00~12:00) 愛岐ヶ丘グラウンドゴルフ(ベタンク) (8:30~11:30) 歩こう愛岐 (9:00~)	5 こでまり/女子卓球 (10:00~12:00) ボレボレ愛岐 (13:30~15:30) 編物木曜教室 (10:00~12:00) オカリナ (13:30~15:00)	6 ポップコーン (13:00~15:00) 卓球 (15:10~17:10) 友和会グラウンドゴルフ (8:30~11:30)	7 定例役員会 (19:00~) 愛岐ヶ丘グラウンドゴルフ (8:30~11:30)
8	9 リフリラ yoga (8:45~9:45) 卓球 (10:00~12:00) まちかど運動教室 (14:30~15:45) 愛川会 (13:30~14:30)	10 ナニマカマカ/フラダンス (13:30~15:00) 集いの会“笑顔” (10:00~11:30) 支え愛の会健康吹き矢 (13:00~15:30) 友和会グラウンドゴルフ (8:30~11:30)	11 太極拳 (13:00~15:00) 卓球 (15:10~17:10) 手編みサークル (10:00~12:00) 愛岐ヶ丘グラウンドゴルフ(ベタンク) (8:30~11:30)	12 こでまり/女子卓球 (10:00~12:00) ボレボレ愛岐 (13:30~15:30) 木曜ひろば (10:00~12:00) (13:30~15:30)	13 ポップコーン (13:00~15:00) 卓球 (15:10~17:10) リフリラ yoga (17:20~18:20) らくらく体操会 (10:00~12:00) 友和会グラウンドゴルフ (8:30~11:30)	14 救急救命普及講習会 (9:00~10:30) 愛岐ヶ丘グラウンドゴルフ (8:30~11:30)

〈色分け〉赤：自治会行事 緑：集会場 紫：ふれあいセンター 青：その他

愛岐ヶ丘自治会事務所

開所日：月曜日～金曜日（土・日曜、祝日は休み）

開所時間：9:30～12:00

13:00～16:00

☎ & 📠 0574-65-2978

📧 メール aigi5212@wh.commufa.jp

ホームページ URL <http://aigigaoka.sakura.ne.jp>



愛岐ヶ丘自治会ふれあいセンター

開所日：月曜日～金曜日（土・日曜、祝日は休み）

開所時間：10:00～12:00

13:00～15:30

☎ & 📠 0574-50-6014

📠 080-6916-1519

📧 メール aigigaoka@ma.ctk.ne.jp