回覧

里町しめ縄飾りつくり教室

参加費
200円



来年の年神さまをお迎えする準備に稲藁を綯うところからしめ縄作りを家族でたのしみましょう。





第一回

11/27(金)9:30～11:30

第二回

12/12(土)9:30～11:30

第三回

12/28(月)9:30～11:30



申し込み締め切り：一回目は11/23(月)、二回目は12/10(木)、三回目は12/24(木)までに申し込みください。各回とも定員10組程度、先着順となります。ご家族でのご参加おまちしております。

お申し込みは里町内会ホームページの申し込みホームからできます。ご希望日を明記の上お申し込みください。

里町内会事務所
TEL 97-8619

里町内会
ホームページ

令和8年度
回覧用

ほほえみ会(茶話会サロン)のご案内

11月 November

茶話会を中心としたコミュニティサロンです。
時々、物作りやお楽しみ会も試みています。
里町にお住まいの方、老若男女どなたもお気軽にお越しください

11月のほほえみ会は、
「牛乳パックカゴを作る」を予定しています。
おしゃべりを楽しみながら、小物入れを作ってみましょう

- **日 時：** 毎月第 3火曜日　午前 9時30分～11時まで
- **場 所：** 里町内会（里町コミュニティセンター）
- **会 費：** 一人100円 （物作りの材料費は別途）

ほほえみ会　令和8年度 後半予定表

令和8年 ~~10月20日(火)~~  チェアヨガ	令和9年 1月19日(火)  書いてみよう わたしノート
11月17日(火)  牛乳パックカゴ	2月16日(火)
12月15日(火)  干支の飾り作り	3月16日(火)

ぼらんていあ里の活動紹介

※「第3火曜日 ほほえみ会」の運営
※ 町内会の行事のお手伝い
※ 福祉委員会「たんぽぽサロン」のお手伝い
※ 北部福祉センターまつりのお手伝い
※ 老健さとまちの車椅子清掃


茶話会の様子


干支の飾り作り


夏のお楽しみ茶話会


包括支援職員による
気軽になんでも相談窓口


チェアヨガ


たんぽぽサロンお手伝い


老健さとまち
車椅子清掃


里町ファミリーフェスタ手伝い

募集 ボランティア

できる範囲で、あなたの得意分野を生かして、
ボランティア活動に参加しませんか？
里町の良さをたくさん知って、住みよいまちづくりのお手伝い。
ご興味ある方は
毎月第3火曜日の「ほほえみ会」を覗いてみてください。

ぼらんていあ里代表　　勝岡美保
里町内会事務所　(0566-97-8619)

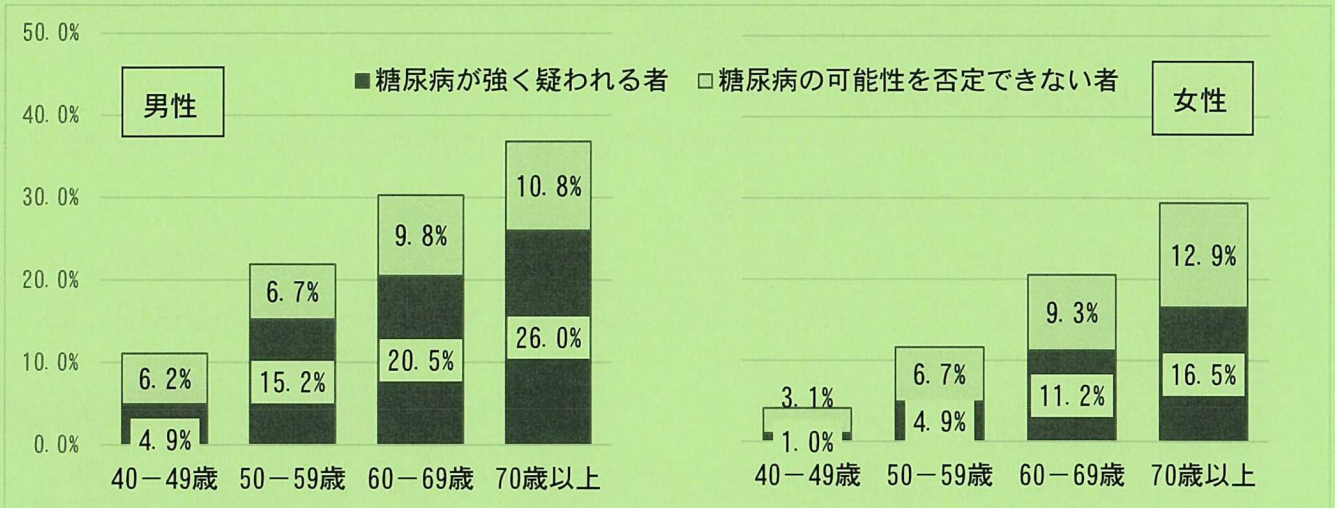
回覧

～住み慣れた地域でいつまでも～　令和８年１１月号

包括さとまち便り

［発行］安城市地域包括支援センターさとまち　☎（０５６６）９６－３５１２

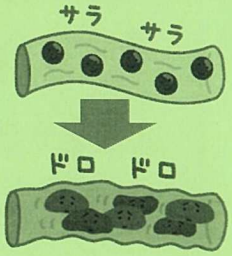
１１月１４日は、世界糖尿病デー。
糖尿病は、決して「自分のせい」だけでなる病気ではありません。体質に、加齢や生活習慣が重なって起きる、誰にでも起こりうる身近な病気です。



出典：「令和６年 国民健康・栄養調査結果の概要」厚生労働省

糖尿病は どんな病気？

人が食事をすると一時的に血糖値が上昇しますが、すい臓から「インスリン」というホルモンが分泌され、時間の経過とともに正常な値に戻ります。
しかし、インスリンの分泌量が減ってしまう、またはインスリンが分泌されても十分に機能しなくなってしまうと、血糖値が上昇した状態が続いてしまいます。
この状態が続くことが**「糖尿病」**です。
しかし、初期段階では自覚症状がほぼないので、糖尿病になっていることを認識できず、または「たいしたことないだろう」と考え、治療を受けないままでいる人も少なくありません。
治療を受けないでいると病状は着実に進行し、血管や神経にダメージを与え、さまざまな合併症を引き起こします。



認知症の発症リスクが上がる！？

血糖値の高い状態が続くと認知障害が起こりやすく、**もともと軽い認知障害を持っている人は、さらに症状が進んで認知症を発症することが多い**といわれています。

高齢者の糖尿病と筋肉減少

高齢者にとって大切なのが、「元気に動ける体を保つこと」です。75 歳を超えると元気な方と、そうで無い方の個人差が大きくなります。
その原因のひとつが筋力の低下です。
糖尿病の治療のために過度な食事制限をすると、筋肉が減って足腰が弱ってくることもあります。筋力が落ちると生活の質が下がります。
高齢者の糖尿病治療では、血糖コントロールと体力維持のバランスが大切です。

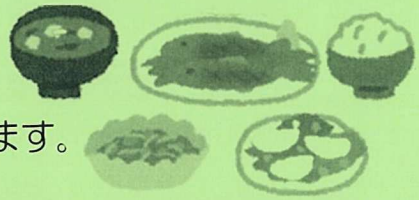
血糖コントロールのための食事の工夫

✿規則正しい食事リズムをつくる

食事を抜いたり、まとめて食べたりすることは、低血糖や高血糖につながります。

✿栄養バランスのとれた食事をする

毎食、主食（ごはん・パン・麺類など）、主菜（肉・魚・卵・大豆製品など）、副菜（野菜・海藻・キノコ類など）をそろえると、健康維持や血糖値管理に必要な栄養素がバランスよくとれます。



✿ゆっくりよく噛んで食べる

ゆっくり食べることは血糖値の急な上昇を防いでくれます。

給食サービス（安城市高齢者福祉サービス）の紹介

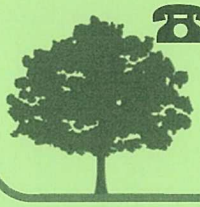
食事の工夫は『続けられる』ことが大切です
健康上の問題があり、買い物、調理などが困難な高齢者で、
✿65 歳以上の一人暮らし高齢者
✿70 歳以上の高齢者のみ世帯など　一定の条件に該当すれば、
食生活の改善及び安否確認を行うため、お昼の給食を弁当業者が配達するサービスを受けることができます。（弁当代の助成あり）

高齢者福祉
サービスについて
詳しくはこちら

東山中学校区の高齢者の総合相談窓口

社会医療法人　財団新和会

安城市地域包括支援センターさとまち



☎（0566）96−3512

安城市里町畑下６２番地
介護老人保健施設さとまち内

～営業時間～
午前８：45～午後５：30
月～土曜日（祝日も営業）
相談無料・秘密厳守

働き方改革推進支援助成金（団体推進コース）

回覧

安城商工会議所

買って・体験して・学んで楽しむ。

美容・健康・癒しが集まる1日限定イベント!



HEALTH & BEAUTY H&B ヘルス&ビューティーフェア

～美と癒しのウェルネスマーケット～

美容・健康・癒しをテーマに、お買い物ブースと体験ブースが勢ぞろい！ カラダよろこぶフード＆ドリンク、心ときめくインテリア、ケアアイテムのお買い物、美容や健康を初めとした体験など、一日中楽しめるイベントです。
ほかにも美と癒しと健康をテーマにした講座を開催。初心者にもやさしい身体を動かす内容や自分でできるセルフケアなど、毎日の暮らしに役立つコンテンツを楽しく学べますので、ぜひご参加ください！

ヘルス＆ビューティーフェア
特設サイトはこちら

開催日 2026 11/21（土） 10:00～16:00

場所 安城市 中心市街地拠点施設 アンフォーレ

入場無料

来場者限定！おたのしみイベント開催♪

美と癒しと健康の講座（無料・事前予約制・先着順）

① ピラティス講座

時間 10時00分～（60分）

定員 30名



② 親子ヨガ講座

時間 11時30分～（45分）

定員 30名



③ 快眠セルフケア講座

時間 ①13時00分～ ②13時45分～ ③14時30分～ 各回/30分

定員 各10名



【講座内容詳細・注意事項・事前予約】は上記各二次元コードから！

申し込みはお早めに



主催 安城商工会議所 TEL：0566-76-5175（平日9時～17時） 当日お問合せ 090-7914-5502

後援 安城市、日本商工会議所、中日新聞社、安城ホームニュース、キャッチネットワーク

買って・体験して・学んで１日まるごと楽しもう！

エントランス（お買い物ブース）

食べる・飲む



- パン
- 焼き菓子
- スイーツ
- ザクロ食品
- ドライフルーツ
- 薬膳料理
- 野菜
- はちみつ
- 天然調味料
- サプリメント
- 水
- コーヒー
- フレーバーティー
- 美肌ドリンク
- プロテイン





癒す・整える

- ケアオイル
- キャリアオイル
- 化粧品
- アロマ



暮らし

- 食器
- ５本指靴
- 雑貨
- フラワーベース
- 観葉植物
- アクセサリー



アンフォーレ会場図

出入口

ホール

体験ブース







多目的室

美と癒しと健康の講座
（事前予約制）

エントランス

お買い物ブース





来場者限定！
おたのしみ
イベント開催♪

出入口

ホール（体験ブース）

美　容



- 目もと体幹ケア
- フェイスライン首ケア
- メイクアドバイス
- リップカラー体験
- 電流ケア
- 小顔ケア
- パーソナルカラー診断
- 腸活骨盤リセット



健　康

- 耳つぼジュエリー
- 血流測定
- 鍼
- 姿勢チェック
- 耳リフレ
- 温活
- 整体
- 健康チェック
- 血管年齢測定



癒　し

- ドライヘッドスパ
- ハンドケア
- タロット占い
- 数秘術
- マヤ暦
- 易経

出店者等詳細は
特設サイトでチェック！

※体験内容や出店情報は変更になる場合があります。　※体験の多くは有料となりますが、一部無料体験もご用意しております。

回覧

みんなで卓球をしよう！

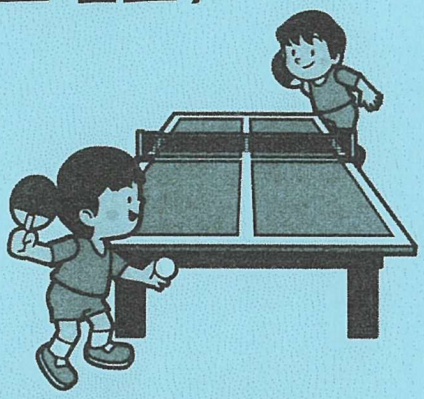
小中学生
（保護者同伴可）

学校ホリデー

卓球無料開放

日　時　令和8年11月27日（金曜日）

① 9:00～10:30
②10:30～12:00
③13:00～14:30
④14:30～16:00



※当日公民館事務室で先着順に受付

場　所　北部公民館　かきたホール

定　員　各回4組（1組あたり6名まで）

対　象　市内在住・在学の小中学生
（保護者同伴可）
※大人のみのグループはご利用できません。

持ち物　室内用運動靴
※ラケットとボールは貸し出し可能

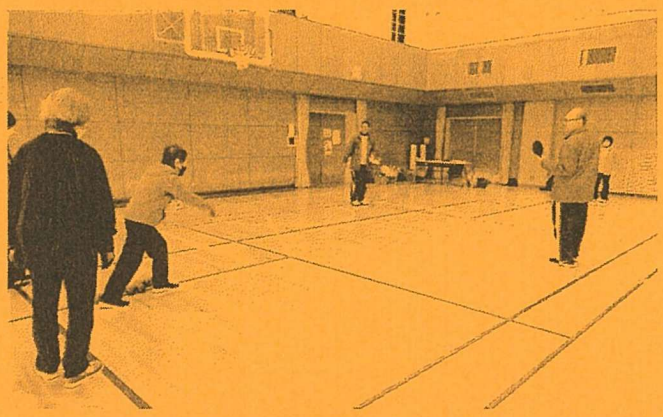
【お問合せ】北部公民館　℡0566-98-3751
（祝日以外の月曜休館）

回覧

北部コミュニティ協議会　スポーツ部会主催

ボッチャ交流会

参加費無料！参加者大募集！



■ 実施日時等

■実施日時

令和８年１２月５日（土）

・受付：午前９時００分～

・開会：午前９時１５分～

・試合開始：午前９時３０分～

・閉会式：全試合終了後（正午頃を予定）

※上記スケジュールは予定です。

■実施場所

安城市北部公民館かきたホール



■ 募集要項

■参加申し込み受付日時・場所

令和８年１１月１４日（土）

午前９時～午前９時１５分

北部公民館窓口にて

※午前９時１５分の時点で人数が多い場合、抽選にて決定します。

■定員

４０名程度

■参加条件（以下の２点を満たす方）

・安城市東山中学校区に在住している方

・小学１年生以上の方

■その他

１人からの申込でも可です。チームとしての申込は３人での受付となります。

■ その他

■持ち物

体育館シューズ、飲み物

■チーム編成

当日は、チームで対戦となりますので、１人で申込された方は主催者側で割り振ったチームにご参加いただきます。

■参加賞等

ご参加いただけた方には、参加賞があります。



【問い合わせ先】　安城市北部公民館：９８－３７５１　ＦＡＸ：９８－８７５１

回　覧

東山地区社協だより

第219号　2026年11月
（隔月発行）

発行：東山地区社会福祉協議会（北部福祉センター内）
安城市東栄町６丁目９番地
電話　９７－５０００　ＦＡＸ　９７－５００１

宇頭茶屋町で「短期集中型介護予防サービス」が始まりました！

９月から、宇頭茶屋町公民館で「短期集中型介護予防サービス」が始まりました。９月からの半年間、原則として毎週火曜日に実施され、９名の方が参加しています。

介護老人保健施設さとまちの作業療法士の支援のもと、椅子に座って行う体操や、筋力・バランスを保つための運動など、一人ひとりの状態に合わせたプログラムに取り組んでいます。参加者のみなさんは、身体の動かし方などのアドバイスを受けながら、一つひとつの運動に熱心に励んでいます。



▲座位体操の様子



▲片足立ち運動の様子

短期集中型介護予防サービスとは？

住み慣れた地域で自立した生活を続けられるよう、リハビリテーションの専門職の支援を受けながら、短期間（おおむね３～６か月）、集中的に介護予防に取り組むサービスです。

身体機能や生活機能の維持・向上を図るため、一人ひとりの状態や日常生活で困っていることに合わせたプログラムに取り組み、「自分でできることを」を増やしていくことを目指します。

志貴連合町内会で敬老事業が開催されました！



▲連合町内会長（尾崎町内会長）から祝辞が行われる様子



▲鼓夢による和太鼓演奏の様



▲景品抽選会の様子

９月１３日（日）に志貴小学校で志貴連合町内会による「敬老会」が開催されました。宇頭茶屋町、橋目町、尾崎町、柿碕町から成る志貴連合町内会では、７７歳以上の方を対象に、長寿をお祝いする敬老事業を行っています。当日は、事前に招待状が配布された対象者のうち、２６２名が参加しました。

神谷茂樹連合町内会長（尾崎町内会長）からお祝いの言葉が贈られ、参加者同士でも「おめでとう」と声をかけ合い、お互いの長寿を喜ぶ姿がありました。その後、テームアイナによるフラダンスやあおみくらぶによる踊り、鼓夢による和太鼓演奏が披露され、華やかな踊りや迫力ある演奏に、会場からは大きな拍手が送られました。

最後には景品の抽選会も行われ、参加者の笑顔あふれる、和やかな敬老会となりました。

北部福祉センターまつりを開催しました

令和８年９月６日（日）に北部福祉センターまつりを開催しました。

各コーナーは、日頃、福祉センターを利用されている関係団体やボランティアのみなさまのご協力により運営いただきました。大変にぎわい、活気のある北部福祉センターまつりでした。多くのみなさまにご来場いただき、誠にありがとうございました。

オープニングでの「Anjo 北斗」よさこい踊り



「今村楽寿会連合会」による昔遊び体験



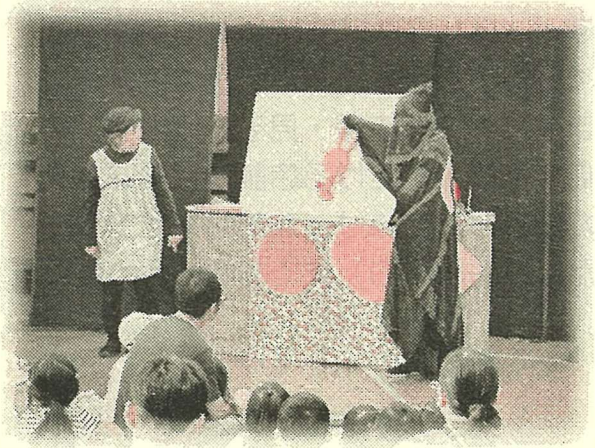
「ボッチャーズ」によるボッチャ体験コーナー



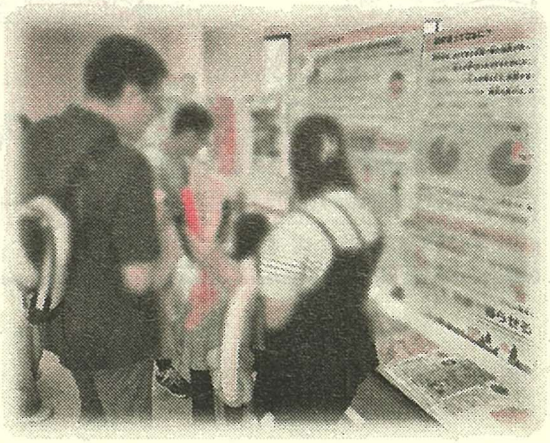
「ぼらんてぃあ里」によるプリンふるまい



「人形劇団ぺぽ」によるパネルシアター



「包括さとまち」と「ボランティア」による認知症啓発コーナー



認知症サポーター養成講座を開催しました！



講座の様子

「ロバ隊長」
認知症サポーターの応援
マスコットキャラクター



１０月３日（土）北部福祉センターで認知症サポーター養成講座を開催し、１３名の方が参加しました。地域包括支援センターさとまち主任介護支援専門員の水野氏を講師に、認知症についての基礎知識や認知症の方との接し方について学びました。また、認知症になっても、できないことばかりに目を向けるのではなく、本人のできることや思いを大切にする「新しい認知症観」について学びました。

グループワークでは、事例を通して認知症の方の気持ちを考え、不安を安心に変えるためには、どのような声かけや行動ができるか参加者同士で話し合いました。

今回の講座を通して、認知症について理解を深めるとともに、認知症の方やその家族を温かく見守る応援の輪が広がりました。

生活支援・見守り協力店

ご存じですか？



▲このステッカーが目印

このステッカー（左下）を見たことがありますか。このステッカーが貼られている店舗は「生活支援・見守り協力店」として登録されています。東山地区では、１４９店舗の登録があります。

登録店舗には、通常業務の中で、気がかりなことを発見した時に必要な機関へ連絡していただいています。店舗によっては、できる範囲内で生活支援を行う協力店もあります。

町ぐるみで見守り・生活支援体制を進めています。「生活支援・見守り協力店」の趣旨にご賛同いただける店舗やご興味がある方がいらっしゃれば、北部福祉センター（電話：97-5000）までお問い合わせください。

回覧用

里町小だより

令和８年10月23日発行
11月号　安城市立里町小学校
TEL 98－5900　FAX 98－5901
HP http://www.anjo.ed.jp/~satomachi/
Mail satomachi@anjo.ed.jp

稲刈り体験をしました





１０月５日（月）秋晴れの空のもと、５年生が地域の田んぼで稲刈り体験をしました。５月末に田植えをし、７月にかかしを製作して見守ってきた苗が見事な金色の稲穂に生長している光景に子どもたちは感動していました。農業体験講師の方に鎌の使い方を教わった後、田んぼに入って少しずつ丁寧に刈り取っていきました。里の自然を守る会の方にすげ縄の作り方も教えてもらい、自分で編んだすげ縄で刈り取った稲を束ねた児童もいました。慣れない作業で大変でしたが、やっていくうちに上手に刈り取るこつをつかんでいきました。刈り取った稲の束を両腕で抱えて運ぶときには、収穫の喜びを全身で感じていました。里の豊かな自然のなか、多くの地域の方のおかげで子どもたちが本物の学びの機会を得ています。ありがとうございます。

【連絡アプリ tetoru（テトル）における欠席等の入力について】

テトルにてお子さまの欠席等の連絡を入力していただく際、以下の点にご留意ください。

○欠席理由の選択肢に「体調不良」がありますが、この理由は使用せず、「病気」を選択してください。

・病気で欠席される場合は、「病気（発熱）」「病気（頭痛）」「病気（かぜ症状）」等、症状に最も近い理由をお選びください。備考欄に具体的な様子を入力していただけると助かります。

・「病気（その他）」や「その他」を選択された場合は、必ず備考欄に詳しい状況を入力してください。

○インフルエンザで出席停止になる場合、「インフルエンザ様症状」を選択されると、インフルエンザと診断されたかどうかが曖昧な状態となりますので、「病気（その他）」を選択し、備考欄に「インフルエンザ○型」と入力してください。

学校でも子どもたちの健康状態を早期に把握し、感染症対策等に生かしていきます。ご理解とご協力をお願いします。

【運動会について】

できるだけ徒歩か自転車でお越しください。身体障がい者用駐車場のご利用を希望される方は、前日までに学校へご連絡ください。ご観覧の際に座席の必要な方は、併せてお申し出ください。

【卒業式における児童の服装について】

５月号にも掲載したとおり、卒業式は、児童の体調管理や集中力の保持、式の意義及び円滑な進行等を鑑み、袴等、不慣れで華美な服装は極力お控えください。過去には市内小学校で移動する際に袴の裾を踏んで転倒したり、式中に体調を崩したりする事例がありました。

11月行事予定　　里町小学校

日	曜	校内行事	特別日課	5時間 14:55	6時間 15:40
1	日				
2	月	運動会代休			
3	火	文化の日			
4	水	合唱鑑賞会（6年発表），福祉体験【手話】（3年）			
5	木	運動会予備日			
6	金	フッ化物洗口，小中学校音楽会　東山中ブロック（6年）			
7	土				
8	日				
9	月	自動車工場見学（5年），ふれあい会議（6年4名）			
10	火	読み聞かせ（1～4年）			
11	水	フッ化物洗口			
12	木	歯科健康教育（3年）			
13	金	⑥委員会			
14	土				
15	日				
16	月	修学旅行（6年）			
17	火	修学旅行（6年），読み聞かせ（1，2年） 福祉体験【ガイドヘルプ】（3年）			
18	水	1年遠足（鞍ヶ池公園），6年10:30登校			
19	木	フッ化物洗口，代表委員会，花の苗植え（6年）			
20	金	児童集会，⑥クラブ			
21	土				
22	日				
23	月	勤労感謝の日			
24	火	読み聞かせ（3～6年，みどり），かけ足スタート 福祉体験【車いす】（3年）			
25	水	フッ化物洗口 3年遠足（のんほいパーク） 4年遠足（名古屋港水族館）			
26	木	なかよし広場			
27	金	県民の日学校ホリデー			
28	土				
29	日				
30	月				

12月の主な予定

2日（水）　持久走記録会（予備日　4日）
14日（月）～18日（金）　個別懇談会
21日（月）　⑤通学班集会
22日（火）　給食終了　5時間授業
23日（水）　終業式

回覧



なんじゃもんじゃ



安城北部小学校 学校通信 第326号 令和8年10月23日

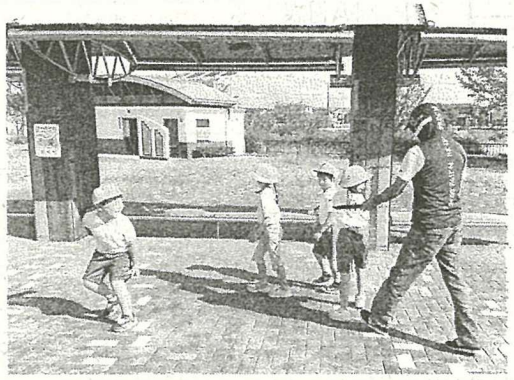
「しあわせ　たくさん」を実現するために

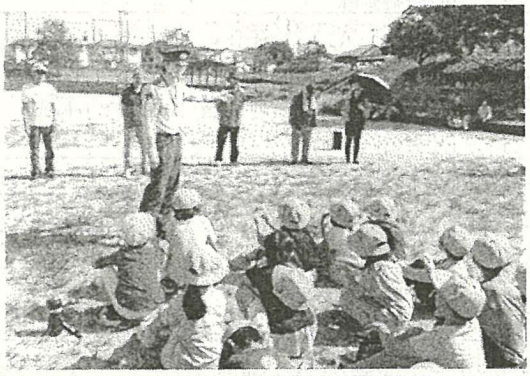
木々が色づき、朝晩の空気がひんやりと感じられるようになりました。後期がスタートして約1か月が過ぎようとしています。学級の係や委員会では、学校生活をみんなが気持ちよく送るために、協力して役割を果たしていく姿がみられます。授業では、朝の会でのスピーチや、クラス会議等により、子どもたちが友達の話を「聴く」ことのよさを実感し、学び合いながら理解を深めています。このような学校生活を通して、子どもたちが自分だけでなく友達のよさも大切にするとともに、それぞれの力をそれぞれの場で発揮していくことが「しあわせ　たくさん」につながっていくと考えます。その実現に向けて、教職員一同全力で支援して参ります。保護者の皆様のご理解とご協力をよろしくお願いします。

10月の学校の様子



一年　ちびっこ防犯教室





二年　おもちゃひろば



三年　学区のお店見学



六年　修学旅行





11月の行事予定		
1	日	
2	月	PTA成人教育委員会（チェアヨガと校長講話）
3	火	文化の日
4	水	10:00 Jアラート対応訓練
5	木	フッ化物洗口（いずみ、各学年1・3組） 就学時健康診断：特別日課（45分3時間授業）
6	金	図書ボラ読み聞かせ フッ化物洗口（各学年2・4組） 東山中ブロック音楽会（6年） ①～⑤火曜日課⑥金曜日課（4.5年学活）
7	土	
8	日	
9	月	第2回ふれあい会議12:20～13:00
10	火	児童朝会 3年生安城消防北分署見学（予備日11日）
11	水	歴史博物館見学（6年弁当持ち）
12	木	フッ化物洗口（いずみ、各学年1・3組） ③避難訓練
13	金	フッ化物洗口（各学年2・4組） 図書ボラ読み聞かせ 第2回青少年健全育成会 13:30～14:30 ⑥委員会
14	土	
15	日	
16	月	A日課
17	火	4年大型車教室②③（予備日18日） 2年町たんけん②③雨天決行
18	水	2年町たんけん②③雨天決行
19	木	フッ化物洗口（いずみ、各学年1・3組） A日課
20	金	フッ化物洗口（各学年2・4組） ほくリンタイム読み聞かせの会（視聴覚室） ⑥クラブ PTA・CS・学校「しあわせを語る会」14:30～
21	土	あいちウィーク（～27日）
22	日	
23	月	勤労感謝の日
24	火	全校朝会 3年生安城北交番見学
25	水	PTA生活委員会 フッ化物洗口（各学年2・4組）※27日の振替
26	木	フッ化物洗口（いずみ、各学年1・3組） ③④第2回学校保健委員会（4・5年） ゲートキーパー講習会9：00～（保護者向け）
27	金	あいちウィーク県民の日　学校ホリデー
28	土	
29	日	
30	月	5時間授業

12月の行事予定		
1	火	5時間授業 全校朝会（人権週間講話）
2	水	5時間授業
3	木	5時間授業
4	金	エイサー演舞鑑賞①～④ 5時間授業
7	月	個別懇談会　特別日課（～11日まで） 人権教室②5年③6年
8	火	個別懇談会　特別日課 アウトリーチ（マリンバ演奏会）②1年③6年 ともえ幼稚園・あおぞらサニーサイド保育園 ・東栄こども園交流（5年）
9	水	個別懇談会　特別日課
10	木	個別懇談会　特別日課
11	金	個別懇談会　特別日課
14	月	A日課
17	木	A日課
18	金	⑥クラブ
21	月	A日課 給食終了 ③通学団集会
22	火	5時間授業
23	水	終業式
24	木	冬季休業（～1／6） 街頭パトロール（～1/6）

◆学校評価のお願い◆

安城北部小学校をよりよい学校にするため、本年度も保護者の皆様に学校評価にご協力をいただきたいと思います。11月10日（火）にtetoruで配信しますので、添付資料よりFormsでの回答をお願いします。また、紙媒体での回答を希望される方は、用紙がありますので、担任までお申し出ください。ご協力をよろしくお願いいたします。

◆送迎・忘れ物等についてお願い◆

北小ガイドにも掲載されている通り、お子様の遅刻や早退の送迎、忘れ物を届ける等で来校されたときには、来賓玄関で名前を記録し、名札を付けて直接教室まで行っていただくことになっており、いつもご協力ありがとうございます。なお、職員室の人数が少なく対応が難しい場合もありますので、お子様の安全のため、よろしくお願いします。