

広報 うちまち

令和5年4月号

発行 内町まちづくり協議会
 幸町館：徳島市幸町3丁目71番地1幸町会館2階 TEL：623-2347
 アミコ館：徳島市元町1丁目24アミコ5階 TEL：654-4913
 人口（徳島市）248,641人（内町）5,433人
 世帯（徳島市）121,938戸（内町）2,936戸
<https://uchimachi-community.com/>



令和4年度内町地区「二十歳を祝う会」開催



市民憲章唱和

令和5年1月7日(土)、内町地区「二十歳を祝う会」がシビックセンターさくらホールで開催されました。令和4年度内町地区で二十歳を迎えられる方は48名。26名の方が出席し、二十歳の門出が祝福されました。式典では主催者を代表して内町まちづくり協議会宮澤会長が「自ら考え、自ら学び、自ら道を開いて充実した素晴らしい人生を送ることを願っています」と挨拶。徳島市からは市長代理で企画政策部長・飯田博司さんが「郷土徳島に誇りを持ち、自ら困難を克服しながら、洋々たる前途に向かって限りなく飛躍されますことを、心より願っています」と式辞を述べられました。

今年度二十歳を迎えられる方を代表して、市民憲章唱和を佐藤萌さん（出来島本町）が担当し、中西亮輔さん（南内町）が記念品を受け取りました。坂東由芽さん（中洲町）が「社会人としての自覚と責任を持ち、未来への希望を胸に歩んでまいります」と誓いのことばを述べられました。

続くアトラクションではNPO法人・音の和」企画すだち塾代表・郷田智子さんが司会を担当し、シンフォニア徳島メンバー、山本玲美さん、市原友紀さん、岡本加奈恵さん、栗田貴子さんが弦楽四重奏を披露しました。コロナ禍でしばらくアトラクションを中止していましたが、今年度は久しぶりに開催。モーツァルトの「ディヴェルティメント K.136」、徳島出身の米津玄師さんの「Lemon」、アニメ「魔女の宅急便」から主人公のキキが箒に乗って旅立つシーンの曲「旅立ち」、アニメ「鬼滅の刃」の曲から「炎」、yoasobi「群青」などの曲が二十歳の方への応援の意味を込めて演奏されました。弦楽器の美しく澄んだ音色がホールに響き渡りました。

その後記念写真を撮影し、久しぶりに再会した懐かしい友達と一緒に写真を撮り合うなど楽しいひとときを過ごしていました。



誓いのことば



記念品贈呈



弦楽四重奏（シンフォニア徳島メンバー）

第20回内町文化展

第20回内町文化展が11月19日、20日に内町コミュニティセンター幸町館2階、内町児童館6階で開催されました。令和2、3年とコロナ禍で中止していたので、3年ぶりの開催になりました。作品出展数に多少の不安がありました。皆様のご協力によりコロナ禍前を上回る出展数、来場者数となりました。内町小学校児童の作品も児童館に展示し、たくさんの方がご家族で鑑賞に訪れました。

力作揃いで見ごたえのある文化展になりました。来場者には20回目の文化展を記念して作ったかわいいひょうたん島のイラストが入ったエコバッグを差し上げました。



徳島市民総合防災訓練・内町地区

徳島市民総合防災訓練内町地区が内町小学校で13年ぶりに実施され、予想を上回る180名の住民の参加がありました。スタッフを入れると250名以上の参加となりました。

避難所運営をするためにスタッフは各班に分かれてそれぞれの役割を担当しました。パーティションや簡易トイレの組み立て等の実演も行いました。

避難所では避難者カードの作成・集計、避難者の誘導、情報の整理・伝達、食料・物資の確認と配布、避難所内設備の設営、負傷者、病人、要配慮者への対応など運営の役割は多岐に渡ります。

各班には様々な指示や要望が出され、目が回るぐらいの忙しさでした。訓練を通して各班の連携、協力の大切さ、避難所運営の難しさを実感することができました。

参加者も避難所の運営の流れを実際に体験でき、居住スペース、設備など避難所がどのようなものか確認できる良い機会になりました。

参加の皆様、スタッフの協力により所期の成果が達成でき、防災意識の向上につながったのではないかと思います。



5 / 18

令和4年度内町まちづくり協議会総会

令和4年度内町まちづくり協議会運営委員会・総会が開催され、昨年度の決算・活動報告を行い、新年度の活動計画及び予算の協議を行いました。本年は公民館統合という大きな改革があり、新たな歴史を踏み出す一歩となりました。

今後は地域のまちづくりの活動の他に生涯学習の拠点としての役割も加わります。内町コミュニティセンター幸町館、アミコ館の2館体制で連携、協力し、内町地区のまちづくり、人づくりを進めてまいります。



講演会・講習会

5 / 16

「新しき日本徳島縣篇」

講師は初代徳島城博物館館長・福原健生さん。記録映像（約10分）を鑑賞し、70年前の徳島の様子を映像を見ながら説明していただきました。

記録当時を懐かしく思い出しながら鑑賞しました。多方面にわたって様々な知識を持っていらっしゃる福原さん。たった10分という短い映像でありましたが、1時間半という講演時間が足りなくなるほどの補足説明で新しい発見が多々ありました。

ところどころに70年前の内町地区の映像が流れ、福原さんの説明を聞きながら大きくうなずかれる参加者の皆さん方。貴重なお話を聞くことができました（参加者24人）。



幼馴染を誘って参加して下さった方も…。



福原さん

5 / 31

「ハンギングバスケットを作ろう！」

講師は園芸研究家・生田 誠治さん。ひょうたん島カフェでガーデニング教室を開催しました。対象は日ごろ内町地区のボランティアに参加していただいている皆さんです。

赤とピンク色のベゴニアの苗を15個、特殊な形をしたハンギング用のバスケットに詰め込みました。はじめに土がこぼれるのを防止するためのスポンジを鉢に貼り付けました。生田先生の指示に従って植えつけていくと豪華なベゴニアのハンギングバスケットができました。最盛期にはボール状にあふれるように豪華な花が咲くそうです。

園芸に関する様々な質問に丁寧にわかりやすく答えていただきました。植物に関するいろいろな事を教わって、収穫の多い講座でした。



出来上がった作品を手に…記念撮影



生田さん

6 / 13

「あなたは大丈夫？フレイル予防」

講師は明治安田生命徳島支社・豊田良子さん。フレイルとは年齢とともに心身の活力が低下し、健康障害を起こしやすくなった状態です。動くのがおっくうになり、気持ちもだんだんと内向きになってしまうこともあります。

フレイルを未然に防ぐポイントは食事、運動、睡眠、薬に頼らないこと（主治医と相談が必要）です。さらに生きがいを作って元氣と若さを保ちましょう！フレイル予防にはボランティア活動やダンス、体操、カラオケなども効果的です。

講演会ではフレイルのセルフチェック、頭の体操の実技、介護費用についての説明もあり、盛りだくさんの内容でした。また、血管年齢の測定も行いました。皆さん日頃から栄養に気をつけていらっしゃるようで良い結果が出ていました（参加者28人）。



すりすりトントン…意外と難しい



豊田さん

6
23

「専門用語を使わない相続・遺言講座」

講師はとくしま相続センター・小谷長子さん。

いくつか事例を挙げながら、相続の際のトラブルを防ぐために必要な対策、何を準備していればよかったのかなど詳しくご説明いただきました。

遺言の大きな役割、重要性、ポイントについて話されましたが、ポンポンとテンポよく、楽しく、わかりやすいお話でした。「認知症になる前に、元気なうちに生前対策をしてください」と小谷さん。

過去にも何度か相続講座は開催しましたが、初めて聞くお話もあり…有意義で学びの多い講座でした（参加者 26 人）。



うちは財産が無いから大丈夫…
ではない！



小谷さん

7
15

「八角形のエコバッグを作ろう」

講師はパッチワーク講師・内藤久子さん。

八角形のお弁当も入るような、マチの大きいエコバッグを作りました。材料は全て裁断、印付けができていたので、内藤さんの言うとおりに縫っていくとかわいいエコバッグが出来上がりました。表が花柄で内側がピンクか緑の二種類の布を選べました。器用な方は両面リバーシブルで使えるように持ち手も表と裏で布を違えていました。家にいっぱい布があるのでお友達にも作ってあげよう…という方も（参加者 12 人）。



全て手縫いで。チクチクと…。



内藤さん



完成したエコバッグ

9/1・8・15・22・29・10/1 計 6 回実施

「スマホ体験教室」

公益財団法人 e-とくしま推進財団の『スマホ体験教室』が内町地区住民を対象にアミコ館で開催されました。スマホの基本操作からカメラ、地図の操作、ラインなど…スマホを使いこなすため、熱心に取り組みました。

スマホ体験教室の閉会式には飯泉知事がアミコ館にいらっしゃいました。現代社会におけるスマホの重要性の話をした後、意見交換になり、参加者から e スポーツや神山まるごと高専などピンポイントの話題が出、所定時間をオーバーして知事にお話しいただきました。大変意義ある閉会式になりました。

10
13

「旅行、音楽の好きな皆さん…」

講師は元四国放送ラジオパーソナリティの高橋康生さん。イタリア、オーストリア、スペイン、アイルランド、ハンガリーを旅行した時のエピソード（失敗談やずっこけ話）を交えながら、その国に纏わる音楽（民謡、シャンソン、カンツォーネ、タンゴ、ワルツなど）、高橋さん選曲を聴かせていただきました。今年 91 歳になる高橋さん。釣り、英会話、ジャズピアノ、コラムを連載、パソコンにも精通するなど多彩な才能を持った方です。いつもいろんな事に興味を持ち、チャレンジ精神旺盛で、内町のぞみ会の副会長としてボランティア活動も行っています。人生の先輩として見習いたい…ますますお元気で活躍を！（参加者 16 人）



旅行の写真をたくさん見せて
くださいました



高橋さん

10/27

「瀬戸内寂聴さんの生涯」

講師は徳島県立文学書道館学芸員の竹内紀子さん。竹内さんは寂聴塾一期生で寂聴さんと40年間親交を温めてきたそうです。内町地区（現在の幸町3丁目）で生まれた寂聴さん、幼いころのエピソードを著書の中に書いていたのを、竹内さんが朗読してくださいました。大変微笑ましいエピソードで皆が知っている場所や地名が出て来るので大変興味深く聞かせていただきました。

寂聴さんの波乱万丈の生涯、文学、出家後の反戦や女性の人権など多岐にわたる活動、ふるさとへの恩返しなどいろいろお話いただき、改めて寂聴さんのパワーと影響力に感銘を受けました。

寂聴さんはたくさんの著書を遺されています。竹内さんに「場所」、「夏の終り」、「美は乱調にあり」、「あこがれ」などお勧めの本をご紹介いただき、さっそく上階の図書館に予約に行った方もいらっしゃいました（参加者26人）。

鳴門で行われた法話のDVDも見せてもらいました



福原さん



11/21

「人権落語会」

上方落語家・桂七福さんの「落語会」を開催しました。落語は400年の歴史があり、気楽な芸で誰も傷つけない芸です。落語はわからないと成り立たない芸で、わからない人にはほつたらかして進み、わかった人だけが楽しめます、と七福さん。古典落語の「子ほめ」と「時うどん」を大きな声で、身振り手振りを交えながら、感情豊かに表現する…臨場感あふれるお話に圧倒されました（参加者17人）。

笑ってコロナストレスを発散!



桂七福さん

11/24

「エコクラフト・めがね置きを作ろう!」

講師は内町地区ボランティア・中田俊江さんです。段ボールやティッシュペーパーの箱を再利用し、綿と布を貼ってかわいいめがね置きを作りました。中田さんが予めほとんど準備をしてくださっていたので、始めは順調に進んでいましたが、最後の仕上げでかなり手こずりました。

中心にキリで穴を開けて紐を通し、蝶結びにして留めるのですが、紐がなかなか通らず…。中田さんに最後の仕上げをしてもらって、ようやくめがね置きができました。

苦労してできただけに愛着もひとしおです（参加者10人）。



講習会の様子



中田さん



11/29

「家庭の食中毒予防」

徳島保健所・食品衛生担当者による「家庭の食中毒予防」のお話がありました。食中毒の予防には正しい手洗い方法を学ぶことが大切です。新型コロナウイルスやインフルエンザなどの感染症の予防にもなります。

参加者の中から代表者2名に実際に手洗いをしてもらい、手洗いチェッカー（洗い残しの部分が光る機械）で手洗いの効果を確認しました。1人の方は水洗いのみの手洗いだったので、洗い残しがたくさんありましたが、手洗い用洗剤を用いた手洗いによって、青く光っていた部分が減少したのを確認できました。ノロウイルス等食中毒予防のための適切な手洗いのDVDを視聴し効果的な手洗いの仕方を学びました。



消費者懇談会の様子

12/15

「SDGsって何?～私たちにできること～」

講師は県消費者情報センター外部講師、管理栄養士・森本尚子さんです。SDGsについて映像を見ながらわかりやすくお話していただきました。

世界が直面する様々な問題に対し、世界が一丸となって取り組むための目標が「持続可能な開発目標 (SDGs)」です。SDGsには世界の国々が取り組むべき17の目標と169のより具体的な目標が示されています。

今回は食品ロスを中心としたお話でした。日本には昔から「もったいない」という言葉があり、物を大切に長く使用してきました。しかし現在は、まだ使えるのに捨てられている物、まだ食べられるのに捨てられている食べ物があります。日本の食品ロスは年間612万トンです。食品の無駄をなくし、物の使用後の廃棄やリサイクルについても考えることが大切です。小さなことでもこつこつと実践すれば大きな力となります。

食品ロスを減らす3つの行為 買いすぎない 使いきる 食べきる です。私たちでも何かできそうだと思いますか？

SDGsを身近な問題としてとらえ、毎日の生活の中でできることを積極的にやってみましょう (参加者17人)。



森本さん



講演会の様子

10/18

「赤十字救命救急講座」

「赤十字救命救急講座」が赤十字救急法指導員・藤倉温さんの指導で行われました。救急車が到着する8、9分の間に私たちができる命をつなぐための救命手当とは？

非常にわかりやすい説明で、より実践的な心肺蘇生法やAEDの操作処置などを学びました。皆さん熱心に講習を受けていました。



12/21

「お正月の花を生けよう」(内町まちづくり協議会・内町レディース会共催)

師走に正月用のお花を生ける講座が幸町館で行われました。

花材はシンビジューム、菊、梅、葉牡丹、南天、ネコヤナギなどです。オアシスの入った黒い器の中に見本の生け花を参考に花材を挿していきます。ネコヤナギはクルクルとまるく巻き留めてアレンジしました。お正月用のかわいい飾りも挿して、美しい生け花が出来あがりました。お正月を華やかに迎えることが出来そうです。



表彰 おめでとうございます



「徳島市政功労者」

10月1日の置市記念日に市政功労者として大崎和久さんが表彰されました。多年にわたり、民生・児童委員として、地域福祉の向上に寄与されました。

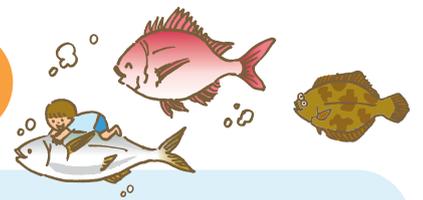


「地域貢献高齢者」

10月1日の置市記念日に地域貢献高齢者として濱口靖徳さんに感謝状が授与されました。地域のコミュニティ活動に尽力され、地域の活性化に貢献されました。



小学生対象事業



7/29

「ポップアップハウスを作ろう」

講師はこどものアトリエで～る主宰・吉本憲市さん。

1枚の画用紙に色鉛筆やマーカーで色を塗り、カラフルな飛び出す家“ポップアップハウス”を作りました。1～3年生の低学年の児童の皆さんが参加しました。予め画用紙に切り取り線、折り線が印刷されていて、のりで貼り付ける場所も番号でわかりやすく書いてありました。平面から立体にしていく過程で四苦八苦している子もいましたが、家が完成した後は思い思いに色を塗ったり、絵を描いたり、折り紙を貼ったり…、随所に創意工夫が見られ、個性豊かな飛び出す家が完成しました。皆さん、時間いっぱい心ゆくまで、家に装飾をほどこしていました（参加者親子16人）。



吉本さん



完成した作品



どんなお家にしようかな…?

10/15

内町まちづくり協議会「ハゼ釣り教室」

10月15日（土）、講師は高橋釣具店店主・高橋秀典さん。高橋さんのご家族、徳島大学釣り部のメンバーがお手伝いしてくださいました。

今年はマチアソビが盛大に行われるということで、密を避けて場所を変更して行いました。開会式、閉会式をこども広場で。釣り場は富田橋南詰左右の遊歩道に分かれましたが、東側はなかなか釣れなかったため、途中で西側に場所を移動するとどんどん釣果が上がりました。川の中の根固めが西側のほうが自然に近く、はぜがたくさん生息していたようでした。

久しぶりの大人数のイベントでしたが、何事もなく無事終わることができました。来年も盛大に開催したいとおもいます。今年参加できなかった方、来年はぜひチャレンジしてください！（親子で150名参加）。

川の中が平らに舗装をわらしてハゼがいなかった！



西側に移動して…さあ釣るぞ！

閉会式
(左) 高橋さん (右) 宮澤会長

11/7

「生涯学習推進事業被表彰」



椎野さん



吉田さん

長年にわたる内町公民館運営委員の活動貢献の功績により表彰されました。



住友さん



辻さん

生涯学習事業の意欲的な活動が認められ表彰されました。

内町地区社会福祉協議会・ 内町まちづくり協議会主催「内町福祉まつり」開催

3月11日(土)、SDGs 17の目標のうちの一つ「住み続けられるまちづくりをめざして」をテーマに、内町福祉まつりが3年ぶりにひょうたん島カフェで開催されました。福祉まつりは地域の方々に地域福祉及び社会福祉協議会についての理解と認識を深めていただくために開催しています。

今回は内町まちづくり協議会も主催になり、地域の各種団体、ボランティアグループの皆さんのご協力もあり、様々なコーナーが設けられました。うどん、餅入りぜんざいのふるまい、防災ゲームコーナー、手作り品の販売などです。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、飲食する場所は屋外で行いました。今年は約200名の方にご来場いただきました。

来場者がうどん、ぜんざいを食べ終わった後、防災に関するイラストを描いた台紙を配り、防災ビンゴを行いました。景品にはアニメのイラスト入り人生ゲームなども用意され大いに盛り上がりました。はずれた方にも参加賞として防災非常食をお持ち帰りいただきました。会場では「トルコ・シリア地震救援募金」が行われ12,537円の募金がありました。この募金は日本赤十字社を通じて、被災地の救援活動に使われます。

また、福祉まつりと同時開催で「防災まちあるき」を両国本町商店街振興組合主催で行いました。こちらにもたくさんの家族やグループでの参加がありました。両国本町商店街の「みんなの安心安全マップ」を持って商店街を歩き、防災クイズをして店主と交流しました。これは、災害時に商店街や施設が地域住民に提供できる支援を記している共助のマップです。マップに沿って歩くことで、もしもの時に助けあえる場所を知っていただけたのではないのでしょうか。

大勢の人が一堂に会し交流を図ることによって、地域の人々の連帯意識が生まれます。今回の福祉まつりを通し、子どもやお年寄りなどみんなが住みやすい「まち」、安心して暮らせる「まち」づくりにつながりますように…。



福祉まつり



防災まちあるき

共催：徳島市立児童館、内町自主防災会、内町地区自治連合会、内町レディース会、内町婦人防火クラブ
※この行事は公益社団法人阿波銀福祉基金様から助成をいただきました。

ひょうたん島カフェ閉店のお知らせ

地域のコミュニティの場として2018年にオープンした「ひょうたん島カフェ」は令和5年3月13日をもって閉店いたしました。これまでご利用いただきまして、誠にありがとうございました。

カフェではイベントや講座、健康セミナーも開催していましたが、いきいき百歳体操は、引き続き令和5年4月から以下の日程で開催します(参加無料)。

内町コミュニティセンター

- 幸町館 ☎ 623-2347 毎週月曜日 ①9:30～ ②10:30～
- アミコ館 ☎ 654-4913 毎週水曜日 ①9:30～ ②10:30～

※ご利用の場合は、それぞれの館にお申込みください。

ホームページをリニューアルしました

内町まちづくり協議会ホームページのデザイン、構成を新しくいたしました。より一層、分かりやすく利用しやすいホームページを目指してまいります。

トップページアドレス：<https://uchimachi-community.com/>