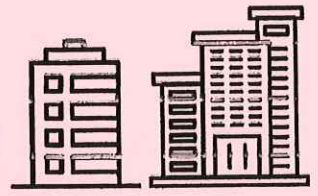




どんなところ

しげはら
重原

って？



子どもさんや 他から来られた方に知ってほしい！
もちろん 昔から住んでみえる方にも、話題にさせていただいたら
嬉しいです。ぜひ「重原ホームページ」でゆっくり読んでください。



第3回 「重原八幡社（おすわの森）」



まご：ねえじいじ ここはどこ？

じいじ：神社だよ

氏神様を大切にしないとね！

まご：うじがみさま？

じいじ：氏神様は、その地域に住んでいる人を守っ
てくれているんだよ

重原で言うと ここ重原八幡社のことだ

ここに住んでいる私たちはみんな氏子だぞ

まご：へえー？

じいじ：少し難しいと思うが お寺も大事、クリス
マスも楽しい、他の事を信じている人もい
るが、それでいいんだよ

まご：よく わかんないや！

じいじ：そう言えば、社務所が古くなって 建て替
えるって言ってたがなあ！

まご：じいじ このいえつぶれそうだよ！

はやくあたらしくなるといいね！

じいじ：みんなが集う社務所になるといいなあ

まご：じいじ じんじゃにつれてきてくれてあり
がとう

みんな 地元が好き 私は重原が大好き

重原歴史を学ぶ会（鈴木 勉 文）

回覧 令和6年度

重原地区 運動会 ボランティア大募集

中学生以上一般
大募集

重原住民で、運動会を盛り上げませんか！
本番11月10日(日)に向かって、盛り上げるため
中学生以上のボランティアを大募集しています。
重原地区に住んでいる中学生以上から一般までの
ボランティアを大募集しています。
友人を誘って、多数のご応募をお待ちしています。

- 日 時 令和6年11月10日(日)
12時30分～午後4時
- 場 所 八枚公園(雨天時 中止)
- 対 象 重原地区在住の方
- 募集人数 10名程度(先着順とします)
- 準備品 汗をふくもの
- お礼品 お茶、粗品
- 申込方法 下記の公民館長まで、電話またはメール
で応募してください。



・問い合わせ

重原公民館長 尾島 輝雄
TEL 090-9941-3946
PCメール kinkenjou@proof.ocn.ne.jp

主催 重原地区公民館
重原地区委員会



氏子各位

重原八幡社
氏子総代長 岡部 義博

七五三のご祈祷の 受付について（ご案内）

秋涼の候 皆様方にはますますご健勝のこととお慶び申し上げます。

平素は、八幡社の諸行事について格別のご支援とご協力をいただき、厚くお礼を申し上げます。さて、本年も七五三のご祈祷を下記のとおり挙行いたしますので、是非、地元の重原八幡社にお申し込みいただきますようお願い申し上げます。

記

- 日時 令和6年11月17日（日） 集合時間 午前 9時45分
式典時間 午前10時00分
- 場所 重原八幡社
- ご祈祷料 一人当たり 2,000円（ご祈祷・お守り・千歳飴）
- 申込先 重原八幡社 社務所 毎週水曜日 9時30分から11時30分
第1・3日曜日 9時から11時
- 申込期限 11月3日（日）

*ご祈祷料を添えてお申し込みください。

○問合せ先：氏子総代長 岡部義博 ☎090-6096-1239 下重原町1-12-3
氏子副総代長 幅上光義 ☎080-3619-4706 一色町1-7-7
氏子副総代長 成田幸司 ☎090-7670-8143 幸町1-68-12
氏子副総代長 野村 学 ☎080-8267-2400 重原本町2-85

※式典はご祈祷者が多数の場合、数組に分けてお祓いする場合がありますので
ご了承ください。（当日ご案内します。）

七五三 早見表（令和6年—2024年用）		
年齢	数え年	満年齢
七歳	平成30年（2018年）生まれ	平成29年（2017年）生まれ
五歳	令和2年（2020年）生まれ	令和元年（2019年）生まれ
三歳	令和4年（2022年）生まれ	令和3年（2021年）生まれ

七五三ご祈祷申込書

令和6年 月 日

次の通り、七五三のご祈祷を申し込みます。

祈願者

氏名	ふりがな	年齢	性別
		三・五・七	男・女
		三・五・七	男・女
		三・五・七	男・女

保護者

氏名	住所	電話

ご祈祷料

一人当たり	人数	金額
2,000円	人	円

----- 切り取り線 -----

七五三ご祈祷申込引換券兼領収書

この申込引換券は、ご祈祷の当日（11月17日）にお忘れなくお持ち下さい。

集合時間 午前 9時45分 式典時間 午前10時00分

（当日は受付順に1回に10数組程度にて2回に分けて行うため少々の待ち時間があることをご了承ください。）

場 所 重原八幡社

なお、お車でお越しの方は、八幡社境内の駐車場をご利用下さい。駐車場は神社境内の北東角にある入り口から乗り入れて下さい。

領収金額 金 円

様

令和6年 月 日

重原八幡社

取扱者 岡部 幅上 成田 野村

重原地区保健推進員からのお知らせ

栄養教室参加者募集について

時短にも！災害時にも！ 楽しくお手軽ポリ袋調理法

日頃は保健推進員の行事にご協力を頂き、ありがとうございます。
今年度の実習は、時短にも！災害時にも！お手軽なポリ袋調理をします。
楽しく調理してみませんか。男女を問いませんので是非ご参加ください。



日 時	令和6年10月12日(土) 午前10時00分～12時00分
場 所	重原市民館 1階 調理室
費 用	100円(当日集めます)
持ち物	エプロン 三角巾 マスク 筆記用具
定 員	10名(先着順)
献 立	お楽しみに！

※実習中のケガなどの責任は負いませんので、各自で十分注意してご参加下さい。
※人員に制限がありますので、申し込み順とさせていただきます。ご了承下さい。
※お問い合わせ、お申込みは下記の地区保健推進員までお願いします。

岩本 知里 27-5765

箕浦 ひろみ 24-2763

今後も健康づくりに役立てていただけるような楽しい教室を計画しておりますので、

ぜひ、ご参加ください。

刈谷市保健推進員だより

回覧

刈谷市保健推進員は市の委嘱を受け、市民の健康づくりのため、各地区の市民館等で運動教室・栄養教室・歩け歩け運動等を企画し、活動しています。市内19地区に161人の保健推進員がいます。身近な地域で、保健推進員と楽しみながら健康づくりに参加しましょう。

※写真は昨年の様子です。

運動教室

各地区で3B体操・リズム体操・健康体操などの運動教室を実施しています。参加費無料！運動初心者も大歓迎！みんなで楽しく体を動かしましょう。



歩け歩け運動

ウォーキングは手軽にできる有酸素運動です。各地区市民館等を出発点として、市内や近隣市町を歩きます。見慣れた場所でも、ゆっくり散策してみると新たな発見があるかも？！



栄養教室

栄養バランスを考えた防災時にも役立つ栄養実習でのレシピを学ぶことができます。また、栄養講話では油やカルシウムなどについての講話を開催しております。

※日程や内容は地区によって異なりますので、回覧や地区の保健推進員（裏面参照）までご確認ください。

保健推進員研修「栄養実習」令和6年5～6月 テーマ：時短にも災害時にも！お手軽ポリ袋調理法

今年度の保健推進員研修の調理実習でも簡単に作れ、時短になり、災害時にも活用できるポリ袋調理を体験しました。内容の一部をご紹介します。

災害時の非常食は、ごはん、パン、麺などの主食が多く、たんぱく質、ビタミン、ミネラルが不足しがち！

おすすめの備蓄食品

乾燥野菜、カットわかめ、トマト缶、フリーズドライのスープ、魚の缶詰、魚肉ソーセージ、ハムなど

ポリ袋調理のメリット！

- ・洗いが少なくすむ（災害時にも役立つ！）
- ・空気を抜いて調理するので、うまみが濃縮される
- ・複数の調理を同時にできるので時短になる
- ・ゆでたお湯も再利用可能なので節水できる
- ・袋のまま食べれば食器も汚さない



☆具沢山ポトフ(1人分)☆

材料	作り方
レタス 30g 冷凍ブロッコリー 40g コーン（ホール缶詰） 20g ミニトマト 30g ウインナー 18g 水 150ml コンソメ 2.0g 塩 0.5g ポリ袋 1枚	① ポリ袋に、レタス、ブロッコリー、コーン、ミニトマト、ウインナー、水、コンソメ、塩を入れる。 ② ①の袋の空気を抜きながらしごき、上の方で輪っかになるようにして結ぶ。 ③ 沸騰した湯の中に入れて10分茹でる。 ④ 器に盛り付けて出来上がり。
	≪栄養価（1人分）≫ エネルギー：103 kcal 脂質：5.6g たんぱく質：4.9g 食塩：1.8g

☆令和6年度 私たちが保健推進員です☆

北 部

中 部

南 部

井ヶ谷	近藤 敦子	近藤 月枝
	近藤 香代子	近藤 敏子
	近藤 節子	近藤 みゆき
	近藤 千里	庄司 美紀
西境	植田 京子	近藤 尚子
	加藤 さち子	近藤 由美
	近藤 明美	杉浦 貴子
東境	青木 照栄	西尾 貴千恵
	大澤 恵美子	早川 宣子
	倉知 千恵美	丸山 佐智
	武市 昌代	
一里山	水野 美恵子	
今川	鈴木 直子	
一ツ木	五十嵐 香代	佐々木 智子
	浦野 久美子	鈴木 友子
	尾崎 幹枝	田町 智世
	各務 みゆき	御厨 麻紀子
泉田	飯島 範子	樋口 真由
	上野 純子	平川 寿枝
	岡本 麻恵美	牧野 千鶴恵
	加藤 聡子	森下 貴子
	金子 佐知子	吉永 梨江子
	田嶋 恵子	吉見 恵美子
	仲田 美砂子	

小山	赤松 祥子	加藤 裕子
	磯谷 絹子	鈴置 泉
	磯村 千津留	鷹巣 美保子
	磯村 美紀子	高田 ますみ
	岡本 千重子	田島 由美
	加藤 希英子	野々山 由美子
高津波	加藤 はるみ	森口 靖子
	浅井 宮子	千葉 千秋
	加藤 亜佐子	中川 真弓
	榑原 悦子	濱島 智子
	榑原 和香子	深谷 理恵
	雫 泉	
重原	岩本 知里	箕浦 ひろみ
	今野 美幸	矢羽田 寛子
	藤原 愛巳	
桜	石川 友香	篠田 久子
	内田 比斗美	白川 比登美
	岸本 浩子	所 とも子
	小林 みゆき	藤崎 智恵子
	佐久間 京子	森 奈緒
熊	浅川 久美子	
東部	荒川 みち子	黒木 眞理子
	伊藤 千津子	中村 ひとみ
	神谷 ルミ子	
元刈谷	伊藤 一美	都築 楓
	伊藤 陽子	土井 琴美
	上田 喜久美	新堀 丈実
	加藤 由恵	兵藤 裕子
	古賀 由香	藤井 治子
	近藤 良美	藤田 明子
	鈴木 はる美	宮本 ゆかり

小垣江	石川 優子	柘植 維久子
	井野 ひとみ	柘植 ひとみ
	神谷 宮子	平野 美里
	木之下 博子	深谷 典子
	清水 榮里子	松岡 香代子
	清水 秀子	山田 知春
高須	津川 幸恵	和田 寿子
	磯部 美春	中田 雅子
	加藤 あき子	西井 由紀子
	加藤 文子	原田 裕美
	加藤 京子	人見 恵子
	加藤 恵子	正木 典子
半城土	近藤 京子	水谷 園枝
	高橋 恵津子	諸井 みづほ
	赤司 洋子	清水 かをる
	秋野 博子	鈴木 友美
	石川 ひとみ	瀬村 裕子
	稲垣 宏美	寺澤 貴美
野田	河口 真矢	長谷部 美樹
	小西 由佳	藤井 清美
	坂本 靖子	松本 朋子
	佐藤 邦恵	
	岩瀬 麻理	立松 絹子
	黒部 聖美	角岡 由紀美
東刈谷	榑原 芳美	長谷川 順子
	武田 実樹子	牧吉 尚子
	稲垣 由里子	小山 ひろみ
	浮邊 美砂代	杉本 直美
	岡本 八重美	野々山 一二三
	國仲 美香	松井 智美

地区活動に参加された方の声！

地区活動に参加することで、家にいるよりも会話をすることが増え、楽しかった！

歩け歩け運動では地区の歴史を歩きながら学ぶことができ面白かった！

わたしたちと一緒に健康づくりを始めましょう！



問合せ：

各地区保健推進員または刈谷市保健センター（健康推進課）Tel：23-9559へ

No.67 令和6年9月

刈谷市保健推進員連絡協議会 発行



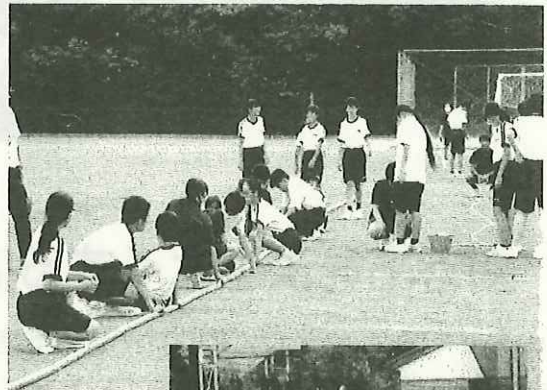
刈谷南中学校新聞

第421号 令和6年 9月 6日
刈谷市立刈谷南中学校
刈谷市住吉町2丁目1番地
電話0566-21-0025

より魅力的な学校に ～KMP委員会のチャレンジ～

校長 葉山 靖彦

KMP委員会…令和4年度に校則を見直そうと有志が集まって組織されました。昨年度は「校則見直しプロジェクト（KMP）」→「刈南魅力化プロジェクト」と目的を拡大し、生徒の手による「より魅力的な刈南中づくり」をめざしてきました。今年度は、常時委員会として学校行事などの活動をより魅力的なものにしよう取り組み始めました。その第一弾として「体育大会」に焦点を当て、1学期から話し合ってきました。



「体育大会」を「全員が楽しめるもの」「団結力が高まるもの」になるように競技種目なども見直しました。その中で「競技として差がうまれるもの」になるようにも考えました。話し合った内容をもとにアンケートを取り、全校生徒の意見を吸い上げ、検討してきました。その結果、これまでの陸上種目中心から、綱引きや玉入れ、大縄など、仲間と一緒に楽しめる内容を取り入れました。上の写真は、委員会の



時間に競技場所やルールを決めているところです。一つ一つ生徒が作り上げていきます。

10月1日の体育大会本番では、全校の生徒が力を合わせて、新しい体育大会を有意義なものに創り上げてくれると楽しみにしています。刈谷南中学校に、また『新風』がさわやかに吹いてきそうです。

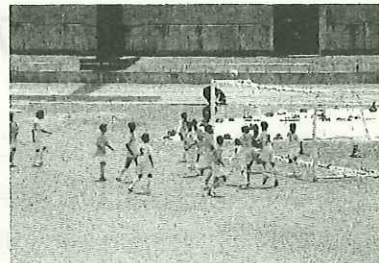
2学期のスタートに考える

夏休み中に、南海トラフ地震臨時情報として、巨大地震への注意が呼びかけられるということがありました。少し心配になった人もいたのではないのでしょうか。防災に対する意識が高まっています。9月の始めに毎年行う避難訓練が今年も行われました。さまざまなことを想定して訓練に臨むようにと先生から話を聞いて、気持ちを引き締めていました。巨大地震には必ず余震がくるということ、停電や火事になる可能性や怪我を負ってその場で応急処置が必要になるかもしれないということ等、その時冷静に行動できるように、日頃から考えておきたいと改めて思いました。



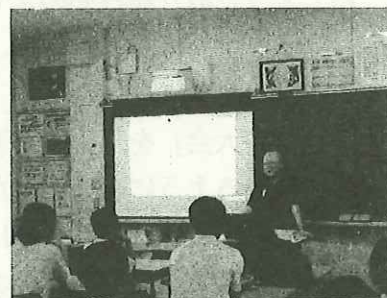
全力で戦い抜いた選手権大会

刈谷知立地区選手権大会では、部活動最後の大会となる3年生が、各部活動ですばらしい姿を見せていました。これまで積み上げてきたがんばりの成果が花開いたような活躍ぶりでした。勝ち進んで、さらに次の大会でも、強い相手に向かっていく姿や最後まで粘り強く戦う姿がありました。仲間の支えや家族の支えをより強く感じ、感謝の気持ちをもつことができました。



刈谷市をよりよくするには～「刈谷市の授業」より

8月7日（水）に刈谷市の子育て推進課の方が刈谷南中へ来て、「刈谷市の授業」をしてくださいました。「刈谷市の予算」「刈谷市の住みよさランキング」など刈谷市の現状をさまざまな角度から教えていただき、より一層、刈谷のことが好きになるようなお話でした。「地域の行事に中学生がもっと参加できるようになるために」「中学生が社会にどんなことで参画できそうか」などテーマについてグループで話し合い、全体で意見を共有しました。参加した生徒たちは大変意欲的に意見交換し、「1日市長さん」「地域の行事のお知らせを私たちがSNSで広める活動をする中学生がたくさん参加することができるのではないか」など自由な発想に市役所の方も驚いていました。代表の星野さんが授業の最後に「わたしたちの意見を聞いてくれてうれしかった」と感想を述べていました。今後、子どもたちが社会の中でどんどん活躍していく姿が期待できるすてきな時間が過ごせました。



刈谷ミライ授業～バスケットボール女子高田真希選手

8月19日（月）に夢が広がる未来応援講演会「かりやミライ授業」が総合文化センター大ホールで行われました。今年度は、東京オリンピックで銀メダルに輝き、パリオリンピックにも出場した女子バスケットボール選手の高田真希さんの講演会でした。中学生がこれからの人生のヒントになる言葉をたくさん聞かせていただきました。質問コーナーでは、3年生の磯村さんが挙手をして、直接、高田選手に質問をする場面もありました。1時間半があつという間に感じられる講演会でした。

