



## 《みんなの きたさんべ……北三瓶はひとつです》

令和7年6月19日 193号

発行：北三瓶まちづくりセンター



### 北三瓶 介護予防教室 「自分の体を知ろう～体力測定会&ミニ講座～」

5月28日、医療推進課主催で介護予防教室が北三瓶まちセンで開かれました。体力測定では、タイムアップ アンド ゴーテスト(椅子から立ち上がり歩いた後に椅子に戻る速さ)、握力を計測しました。握力は全身の筋力を、移動の早さは総合的な体の機能を反映しているそうです。

次に、健康づくりに役立つ事が書かれたカルタを取るゲームを楽しみました。大きなカルタに向かって、お手玉をカルタの中心に投げたら勝ち！判定が難しいとジャンケンで勝者を決めました。各グループで盛り上がり、大きな笑い声も聞かれました。

次回は11月5日(水) 午前9時半～11時半頃を予定。興味のある方はお越し下さい。



タイムアップ  
アンド  
ゴーテスト

教室の後、希望者は「めーめー食堂」で昼食を食べました。他人丼、吸い物、漬物、プリン



## 北三瓶地区社会福祉協議会評議員会（総会）を開催～北三瓶地区社協より報告

今年度の評議員会（総会）が6月2日開催されました。（ご出席の皆様ありがとうございました。）

令和6年度の事業及び決算の報告を行い、承認をいただきました。さらに、令和7年度の事業計画及び予算案についても審議いただき、承認をいただきました。

今年度は地区社協会費（1世帯 500円）をお願いさせて頂く事にしました。各自治会で集金して頂き、6月末までに納入していただくようお願いいたします。

地域福祉に必要な活動・新しい事業にも取り組み、より皆様の生活を支援できるよう努力してまいります。今後ともご理解とご協力を賜りますよう、心よりお願い申し上げます。



### 香典返しのお礼

令和6年4月より令和7年3月受付まで

林順子（町）、大野加江（町）、岩崎修（上立石）、島林一雄（上野城）、織田友子（中津森）、三登絵（長田）、木村幹（長田）、川島穂士輝（小豆原）、吾郷亨（小豆原）、加藤憲治（中組）

## スマホ・パソコン教室

6月5日に学んだインターネット上の防災情報を紹介します。

◎「しまね防災情報」 気象庁「キキクル（危険度分布）」 「NHK ニュース・防災」



しまね防災メール 気象情報等 雨量・水位情報 土砂災害警戒情報 道路規制情報 県河川カメラ 国土交通省 川の防災情報

道路カメラ

**緊急情報**

緊急情報はありません。

RSS

市町村 気象情報 土砂災害警戒情報 河川情報 地震情報 避難情報 避難所

市町村

松江市 浜田市 出雲市

益田市 大田市 安来市



大雨や台風を心配するこれからの時期は、適正な情報を知り、早めに避難するなどして命を守る行動をしましょう。



## 猿対策 第11弾!



### 猿の行動範囲を知る・アナグマまで現れる

猿の目撃情報がしばらくありませんでしたが、5月に入ってから玉ねぎの被害、ジャガイモの被害。地域的にはいつも現れる下多根。大変な被害を被った上多根。徳原もジャガイモをやられました。三瓶野城でも悪さをしています。徳原・多根・三瓶野城のサルは同じ群れと思われま。今回悪さをした地域は群れの行動範囲のようです。小さなはぐれの数匹なのか1匹猿なのか現場を見ていないのでわかりませんがはぐれは悪さをします。しつこく追い払いをしなくてははいけないようです。大田野城は複数であられるので違う群れかもしれません。小豆原の大きな畑が猿防止対策で守られているので猿の行動範囲も変わってきそうです。

今までごちそうになっていた畑に入られなくなれば次のごちそうの場所を探します。

何もしていなければ今年もいただきますと猿は考えていると思ってください。

先日、鳥獣対策検討会でお世話になった岩下さんが小豆原の畑を見に来てくださり、防御策も電圧も大丈夫のようでした。たまに電圧の確認、周りの様子を確認をして、おかしいなと思ったら連絡してくださいとの事でした。岩下さんは大きくなった作物をみて嬉しそうにしていました。最近アナグマをよく見かけるのでアナグマの事も聞いてみたところ、やはり中型動物が増えているそうです。



ハクビシン・タヌキ・アライグマ・アナグマの見分け方

アナグマはしつこい性格なので同じ場所に何度も来るそうです。

アナグマとハクビシンは顔に白い線が入っているのでよく似ていますが足跡としっぽの長さでわかるようです。

鳥獣害の LINE グループにアナグマの情報が入っていました。参考になりました。 →

動物が入ってお米や野菜を作るのをやめたという事にならないよう分からない事や聞きたいことがあれば情報共有していきましょう。

	ハクビシン	タヌキ	アライグマ	アナグマ
顔				
尾				
足跡				
体の特徴	<ul style="list-style-type: none"> <li>胴長50～60cm位</li> <li>尾が長いのが特徴</li> <li>指は5本で爪跡は分かりづらい</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>胴長45cm～55cm位</li> <li>尾が太くふさふさしている。</li> <li>指は4本で全体に丸く猫に似ているが、足跡の爪跡ははっきりしている</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>胴長60cm位</li> <li>尾に黒いしま模様があるのが特徴</li> <li>指は5本で爪が長く足跡の爪跡がはっきりしている</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>胴長50cm～60cm位</li> <li>尾が短い</li> <li>指は5本で爪が長い</li> </ul>
被害状況	<ul style="list-style-type: none"> <li>雑食性 (赤系統) フドウ</li> <li>トウモロコシ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>雑食性</li> <li>イモ類</li> <li>マメ類</li> <li>トウモロコシ</li> <li>カキ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>雑食性</li> <li>果樹</li> <li>トウモロコシ</li> <li>スイカ</li> <li>鶏</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>雑食性</li> <li>イモ類</li> <li>マメ類</li> <li>カボチャ</li> <li>トウモロコシ</li> </ul>

【多根神楽伝承館 定期公演】

6月22日

7月13日、27日

5月～10月 第二・四 日曜日 14時～15時の開催！

料金 1500円（中学生以下無料）

場所：多根神楽伝承館

（三瓶町 佐比賣山神社近く）

他社中の神楽団さんの公演もあります！



🎯 定期公演開催の背景

島根県大田市三瓶町多根にある「多根神楽伝承館」では、石見神楽の魅力をより多くの方に体験していただくため、2025年5月から12月まで定期公演を開催いたします。

地元の方はもちろん、観光で訪れた方にもお楽しみいただける貴重な機会です。

公演前後には、三瓶山周辺の観光や地元グルメを巡る旅と併せて、島根ならではの思い出をお作りください。皆様のお越しを心よりお待ちしております。

大田市観光協会の案内文より

体操教室 ヨガをします

日時：6月25日（水） 午後2時～午後3時

場所：北三瓶まちづくりセンター 参加無料



スマホ・パソコン教室

日時：7月3日（木） 午後1時30分～午後3時

場所：北三瓶まちづくりセンター

講師：福田卓夫さん（大田町野城） 参加無料



予告 「タイムカプセルを開けるよ」

北三瓶小中学校現校舎の改築竣工（平成8年2月）の際、当時の児童・生徒を中心に「タイムカプセル」を埋めました。多目的ホールの北側に埋めましたが、その時の約束で「30年後に開けよう」と決めました。

30年には約半年足りませんが、8月14日の「北三瓶夏祭り」の開始前に掘り出すイベントを予定！詳しい事は、来月の「センター報」でお知らせします。たくさんの方々の参加をお待ちしています。

