

曜日	保育園・小学校・中学校	住民自治・体協・老人会・その他
1 火	【小・中】学年始休業日(～7日)	ヨガ
2 水		
3 木	【光】進級式	
4 金		元気体操教室
5 土		
6 日		
7 月		
8 火	【央】交通安全指導 【小・中】就任式・始業式・大掃除	民児協例会 ヨガ
9 水	【小・中】入学式	老人会パソコン教室
10 木	【央】進級歓迎会 【小】委員会活動・身体測定 【中】身体測定・学校オリエンテーション	住民自治本部役員会
11 金	【中】交通安全教室・新入生対面式	元気体操教室
12 土		
13 日	【小】ふれあい通学路点検	
14 月	【中】3年全国学力調査	
15 火	【央】避難訓練 【光】避難訓練・救助技術大会参観 【中】専門委員会	ヨガ
16 水	【中】市学力調査	
17 木	【小】お話ボック・家庭訪問 全国学力・学習状況調査 【中】家庭訪問・1,2年市学力調査 3年全国学力調査	
18 金	【小】家庭訪問 【中】家庭訪問・学級生徒会	元気体操教室
19 土		
20 日		
21 月	【光】身体測定 【小】わくわく号 【中】生徒集会	
22 火	【央】誕生会・身体測定 【小】授業参観・PTA総会 PTA歓送迎会 【中】PTA授業参観・学年懇談会・総会	ヨガ
23 水		体協総会
24 木	【中】専門委員会	市政協力員例会
25 金	【光】交通指導 【小】授業参観・PTA総会 PTA歓送迎会 【中】地震避難訓練・PTA歓送迎会	元気体操教室
26 土		
27 日		
28 月	【小】歓迎遠足 【中】愛好作業	
29 火	昭和の日	
30 水	【光】お誕生会 【小】愛好作業・委員会活動	

二見校区体育協会 からの告知

体協総会 日程について

【日 時】 4月23日(水) 20時～
【場 所】 二見コミュニティセンター 講堂

狂犬病予防集合注射のお知らせ

令和7年度 狂犬病予防集合注射を実施します。

【日 時】 5月8日(木) 9時30分～9時50分
【場 所】 二見コミュニティセンター 駐車場

香典返しのご報告とお礼

香典返しを二見住民自治協議会にいただきましたので、厚くお礼申し上げます、有効に活用させていただきます。

(二見住民自治協議会会長 森 和昭)

二見下大野町 宮田 国義 様 (故 宮田 光子 様)
植柳上町 濱本 親 様 (故 濱本 定良 様)

二見の人口 【行政町名別世帯数及び人口数】 令和7年 2月末現在

	世帯数	人口		
		男	女	計
二見洲口町	139 世帯	133 人	154 人	287 人
二見本町	239 世帯	189 人	192 人	381 人
二見赤松町	86 世帯	65 人	88 人	153 人
二見下大野町	176 世帯	149 人	172 人	321 人
二見野田崎町	95 世帯	87 人	96 人	183 人
計	735 世帯	623 人	702 人	1325 人

～ 燃えるごみの日 (毎週/水、土曜日) ～

2日(水) 5日(土) 9日(水) 12日(土) 16日(水)
19日(土) 23日(水) 26日(土) 30日(水)

～ 資源の日 (毎月/第2、4火曜日) ～

8日(火) 22日(火)

ふたみハートフルフェスタ

「寿味亜似の語り舞台」盛況に終わる

3月23日、寿味亜似の語り舞台を開催しました。音楽を織り交ぜた語り、二見の昔話など笑いあり、ためになる話をしていただき楽しいひとときでした。ご来場ありがとうございました。



みんなでわいわい みんなの食堂 第2弾



みんなで作って わいわい食べよう

メニュー
*二見の魚介類を使った シーフードカレー

*二見の新鮮野菜サラダ



第2弾は、前回のアンケートでリクエストの多かった、カレーライスを作ります。

楽しいひと時をみんなで過ごしましょう。

皆様のご参加お待ちしております。

無料です



日 時：5月11日(日) 10:00～13:00

場 所：二見コミュニティセンター

主 催：二見校区福祉推進協議会

共 催：二見住民自治協議会 二見体育協会 他

キ リ ト リ				
名 前	連絡先	カレーはどっち?	いずれかに○を付けてください。	
1		甘口 辛口	幼児	小学生 中学生 大人
2		甘口 辛口	幼児	小学生 中学生 大人
3		甘口 辛口	幼児	小学生 中学生 大人
4		甘口 辛口	幼児	小学生 中学生 大人
5		甘口 辛口	幼児	小学生 中学生 大人

*調理のお手伝いをされる方は、エプロン・三角巾・マスクをご持参ください。

申込方法：① 上記を切り取りコミセンに提出 ② コミセンにFAX(38-9932) いずれかの方法で4月18日(金)までにお申し込みください。

毎月11日は「人権を確かめあう日」です。

暮らしの中のちょっとしたことから、人権問題に気づき、考えてみましょう。



「中食」って聞いたことありますか？

自宅以外で調理された弁当や惣菜を家庭や職場に持ち帰って食べる食事のことです。

近年、コロナ禍によってさらに注目を集めました。

中食を利用する理由としては、共働き家族や一人暮らしの若者、高齢者が増えたことによる「時短ニーズ」が高まるなか、より簡単に食事の準備ができ、外食より安く済ませることができるなどがあげられます。

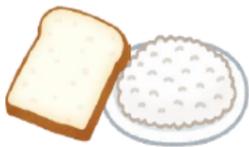
しかし、中食で購入する弁当や惣菜などは、揚げ物が多く『厚生労働省の示す1回分の野菜摂取量の10分の1程度しか野菜は摂取できず、塩分は2倍程度多い傾向にある。』と指摘されています。

健康相談で、中食はどんなものを選びますか？とお尋ねすると

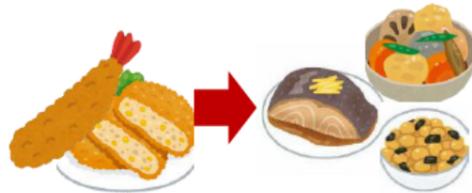
「唐揚げ」「とんかつ」「揚げ物多めの弁当」「おにぎり」「巻きすし」などの答えが多いです。

便利な中食を利用する時は、ちょっとした工夫でバランスアップしてくださいね!!

上手な中食利用のポイント 1・2・3



1 味がついていない主食を選んでね!



2 主菜(肉魚卵大豆製品)が、揚げ物ばかりに偏らないようにね!



3 野菜・キノコ・海藻を含むものを選んでね!

野菜や海藻をたくさん食べるためには...

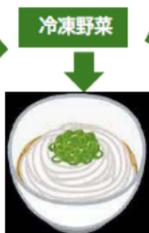
海藻類の個包装パックや冷凍野菜のストックもおすすめ! で~す

自宅の冷蔵庫に個包装された「めかぶ」や「もずく」などを常備しておく副菜の一品に便利です。

また、持ち帰った食品に冷凍野菜のブロッコリーやオクラ、インゲンなどをレンジで一緒に温めると簡単に野菜が摂取できます。

〈例〉レトルトカレー+冷凍ブロッコリー、冷凍肉うどん+冷凍小松菜、冷凍チャーハン+カットレタス、冷やっこ+刻みオクラ、納豆+刻みオクラ

冷凍野菜を上手にトッピング!



いろいろ試してみよう

子ども・若者サポート情報 第217号 2025.2.13

簡単なタスクで稼げるとうたう副業トラブルに注意!



事例

「いいね」を押すだけで稼げるというSNSの広告にひかれ、リンク先のサイトでメッセージアプリの追加を求められた。そのアプリで連絡が来て、「いいね」を押した画像を送ると毎回100~200円が稼げた。その後、他のタスクの指示が来た。個人名義の口座に1万円を振り込むと1万3千円がもらえるという内容だった。うまい話だと思い1万円を振り込むと、次に5万円を要求された。その5万円を払わないと1万3千円が受け取れない上、タスク未達成の名目で違約金も請求された。何度も請求され、合計20万円振り込んだ。返金希望。(当事者:学生)

ひとことアドバイス

- SNS広告等で「いいね」を押すだけ「スタンプを送るだけ」などと簡単なタスクであることを強調して副業へと誘引されます。最初に少額の報酬を得られることで信用してしまいがちですが、そのうち様々な理由をつけてお金を要求されますので注意が必要です。
● 「簡単に稼げる」ことを強調する広告は詐欺の可能性があるのみに注意するようにしましょう。
● 相手方から住所や氏名、銀行口座の情報、免許証の写真等の個人情報の開示を求められる場合があります。安易に個人情報を開示しないようにしましょう。
● 困ったときは、お住まいの自治体の消費生活センター等にご相談ください(消費者ホットライン188)。



見守り新鮮情報

事例1 亡くなった兄が生前利用していたネット銀行の口座を確認するため、携帯電話会社の店舗にスマホの画面ロック解除を依頼した。「初期化はできるが、画面ロックの解除はできない」と言われた。これではデジタル遺品の確認ができない。(60歳代)



始めましょう! デジタル終活

事例2 夫が亡くなり携帯電話を解約した。最近、夫が契約していたスマホのセキュリティのサブスクリプション契約が残っていることが分かり、事業者にお問い合わせすると「すぐに解約するにはIDとパスワードが必要だ。それが分からなければすぐには解約できない」と言われた。(80歳代)

ひとこと助言

スマホのスペアキーをつくらう



- スマホ等のID・パスワードは、第三者に知られないよう適切に管理することが重要です。一方で、デジタル遺品を確認する必要がある場合に、故人のスマホ等のID・パスワードが分からずデータを調べられないという問題が発生しています。そのため、万が一の際に、遺族が故人のスマホ等をロック解除できるようにしておく必要があります。
● 例えば、名刺サイズの紙にパスワード等を記入し、修正テープでマスキングなどした「スマホのスペアキー」を作り、万が一の際に家族がみつけれられる場所に保管しておく方法があります。
● 毎月支払いが発生しているインターネット上の契約は、サービス名・ID・パスワードを日頃から整理するほか、エンディングノートの活用も検討しましょう。

子ども・若者サポート情報 第218号 2025.2.27

自転車後部同乗中の子どもの事故に注意!

事例1

保護者が運転する電動アシスト自転車後部の幼児用座席に乗っていた。右側に寄ったところ、子どもの右足とガードレールが接触して受傷した。足を置くところから足を出してぶらぶらさせていたところを後ろから兄が目撃していた。右大腿骨遠位部骨折。約3週間入院。(当事者:4歳)



事例2

自転車後部の幼児用座席に子どもを乗せて曲がり角を走行していた。子どもが身を乗り出して電柱に右側頭部を打撲した。ベルトは装着していたが、ヘルメットは未装着だった。頭部挫創のため4針縫合。(当事者:5歳)

ひとことアドバイス

- 自転車後部の幼児用座席に乗せていた子どもが、身体をはみ出してしまったことで障害物に接触する事故が発生しており、重篤なけがを負った事例も複数みられます。
● 後部の幼児用座席に乗った子どもは、前方の視界がほとんどありません。子どもにはシートベルト及びヘルメットを適切に装着させ、予期せぬ障害物にぶつかることを防ぐため身体をはみ出さないように「声掛け」をしましょう。
● 狭い通路、車止めアーチやポールの間などを通過する際は、同乗させている子どもが障害物と接触しないように、自転車から降りて押し歩いて通過しましょう。

