



宝塚市末成小学校地域まちづくり協議会

コミュニティ すえなり



広 報

第 153 号
令和 8 年 6 月 21 日発行
広 報 部

ブログ検索：
宝塚市末成小学校地域まちづくり協議会
Email vr8az2@bma.biglobe.ne.jp

地域（まち）の将来像
笑顔いっぱい
活気あふれる
美しいまち

お知らせ！ まちかどたんけんに出発しよう

令和8年7月10日(金)
17:00～18:30(予定)

地域の4つの公園から小学校までの
通学路・公園などを
子どもと大人(保護者)と一緒に歩き
危険な箇所・注意が必要な箇所を確認し
子どもの安全確保につなげます

集合場所:末成小学校地域の4つの公園

- ①東洋町公園 ②伊子志第2公園
③高松公園 ④末成公園(三角公園)



末成小学校 南館1階 多目的ホール
コミュニティすえなり 青少年部



<スポーツクラブ(SC)21 すえなり>
(兵庫県地域スポーツ支援事業)

令和8年度SC21会員 只今募集中!!

毎月 末成小学校の体育館・運動場で
卓球・バドミントン・グラウンドゴルフなどの活動を行っています
興味のある方は、是非一度、
ご家族や友達と一緒にお願いします。お待ちしております

地域の掲示板に毎月の活動を掲載しております
一度ご覧ください よろしくお祈いします



5×5ピンゴ

ラダーゲッター

ポッチャ

<お問い合わせ先>

SC21 ・ 周 090-4299-7223 ・ 前田 71-9646

お知らせ！ 夏休み宿題広場

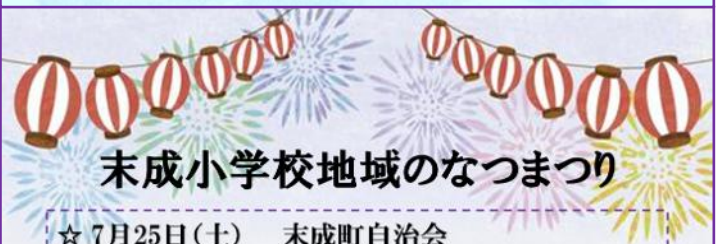
令和8年7月21日(火)・22日(水)
9:00～11:00

末成小学校 南館1階
多目的ホール・和室・集会室

※詳しい案内と参加申込書※
後日配付されます

夏休みの宿題を一緒にしましょう
宿題以外でも大丈夫です

コミュニティすえなり 青少年部



末成小学校地域のなつまつり

- ☆ 7月25日(土) 末成町自治会
- ☆ 8月08日(土) 御所の前町・北高松・
～09日(日) 宝塚ガーデンハウス自治会
- ☆ 8月22日(土) 福井・亀井自治会
- ☆ 8月22日(土) 高松町自治会

※くわしいことは、各自治会からの案内で確認してください



福祉ネイリストによる

ハンドトリートメント

日程 7/8(水)、11/11(水)、2027 2/10(水)

場所 末成小学校 南館1F 多目的ホール

時間 13:30～15:00

参加費 無料

お問い合わせ

コミュニティすえなり福祉部
前田：71-9646、大西：74-3994

主催：コミュニティすえなり福祉部

「ハンドトリートメント」を開催します
血行促進・リラックス効果・むくみ緩和・手肌の保湿
・睡眠の質の向上など多方面に効果があります

第31回 定期総会

5月24日(日)13時30分より第31回定期総会を開催しました。
市から2名、社協から1名のご来賓の方にご臨席いただき、ご祝辞を

賜りました。また、森市長、市村衆議院議員及び橋本兵庫県議会議員からお祝いのメッセージを頂きました。

総会では、令和7年度の報告と令和8年度の事業の方針・目標・計画・予算・まちづくり後期計画が評議委員によって審議承認されました。まちづくり協議会（コミュニティすえなり）は31年目を迎えます。地域には、小学校の統合、幼稚園の閉園、スーパーの閉店、大規模開発、県道の交通渋滞、地域コミュニティの希薄化など課題がいっぱいです。まちづくりの目的は、安全な暮らし・快適な暮らし・持続可能な地域社会の実現です。持続可能な地域社会の実現には、住民一人ひとりが主体となって活動し、その活動を次世代につないでいくことが大切です。いま、あらゆるところで人手不足が課題となっています。地域でも同じです。持続可能な地域社会の実現には、地域の皆様のご理解とご協力が必要です。よろしくお祈りします。(会長 加藤 富三)



令和8年度 事業方針【地域（まち）の将来像】

「笑顔いっぱい活気あふれる美しいまち」

令和8年度 事業目標【基本目標】

- ① 安全で快適なまちづくり
- ② 街並み・景観の美しいまちづくり
- ③ 健康で心がふれあうまちづくり
- ④ 全ての世代が心豊かに安心して暮らせるまちづくり

令和8年度 事業計画（令和8年4月～令和9年3月）

総務部（部長：北川 保夫 副部長：天田 勝晴）

- ・コミュニティフェスティバル…令和8年11月29日(日) 実行委員会…5回開催(令和8年7月～11月)
- ・とんどの竹取り…令和8年12月19日(土) とんどまつり…令和9年1月9日(土)

広報部（部長：加藤 富三 副部長：畑間 俊哉）

- ・広報紙発行…年間6回発行（発行部数 2,500部/回）
第152号…令和8年4月 第153号…令和8年6月 第154号…令和8年8月
第155号…令和8年10月 第156号…令和8年12月 第157号…令和9年2月
- ・広報活動…①地域情報の収集 ②チラシ、ホームページ、ブログ等で地域情報の発信 ③屋外広報板の活用

福祉部（部長：前田 美知子 副部長：大西 登司恵）

- ・ふれあい喫茶…毎月又は毎週各地区で実施
- ・つどいの場（フレンド）…毎月第2・4水曜日と各サロン開催時
- ・子育て支援…クリスマス会の開催
- ・医療福祉セミナー…令和8年9月30日（水）『終活について』
- ・サロンのつどい…イベント開催予定
- ・介護予防体操…「フレンド」「ふれあい喫茶」開催時に実施
- ・親睦会…各地区（9地区）にて随時実施
- ・地域福祉ネットワーク会議…年3回開催予定



青少年部（部長：松浦 健太朗 副部長：西田 亜希、西川 淑恵、盛田 若乃）

- ・体操教室…令和8年6月28日（日）
- ・まちかどたんけん…令和8年7月10日（金）
- ・夏休み宿題広場 ……令和8年7月21日（火）～22日（水）
- ・冬休み書き初め大会…令和9年1月5日（火）
- ・ドッジボール大会…令和9年2月21日（日）



環境部（部長：廣木 昭 副部長：内木 正三、太田 敬三）

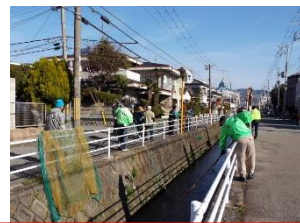
- ・末成小学校東門花壇及び末成幼稚園内花壇（一部）の管理
 - ① 夏秋花壇 令和8年6月中旬（土壌改良） 下旬（花苗植え付け）
 - ② 冬春花壇 令和8年11月中旬（土壌改良） 下旬（花苗植え付け）
 - ③ 散水、除草等…令和8年6月～令和9年3月 適時実施
 - ④ 幼稚園児の花づくり体験と環境学習の実施



- ・武庫川河川敷の清掃…令和8年5月17日(日)、令和8年11月8日(日)
- ・御所川の清掃……………令和8年9月19日(日)、令和9年3月20日(日)

生活安全部(部長:田口 勲 副部長:藤井 正栄、太田 敬三)

- ・防災訓練(小学校と共催)…令和9年1月15日(金)
- ・交通安全街頭啓発(子どもの安全連絡会との共催)…令和8年12月11日(金)
- ・公園、通学路等の点検及び危険箇所の是正対応
- ・地域安全パトロール…毎月第2金曜日と各地域のまつり開催時
- ・地域見守り活動…①子どもの見守り(登下校時)
②防火・防災・防犯対策の推進等
③安全啓発幟旗の保守点検



まちづくり部(部長:加藤 富三 副部長:小垣 佳子)

- ・まちづくり計画(具体的取り組み)の実行
- ・地域でつながるスマホカフェ(HoL+との共催)
①令和8年5月23日(土) ②令和8年9月20日(日) ③令和8年12月13日(日)

ルーム運営部(部長:川口 輝久 副部長:田口 勲)

- ・ルーム利用受付……………毎月第4金曜日(12月は第3金曜日)
- ・ルーム一斉清掃……………①令和8年6月21日(日) ②令和8年12月6日(日)
- ・ルーム運営委員会…①令和8年6月14日(日) ②令和9年3月14日(日)(運営委員会終了後)

令和7年度・令和8年度 役員(10名)

役職	氏名・住所				
会長	加藤 富三	末 成 町			
副会長	小垣 佳子	亀 井 町	川口 輝久	末 成 町	
庶務	畑間 俊哉	東 洋 町	天田 勝晴	御所の前町	
庶務	新里 吉光	高 松 町			
会計	北川 保夫	高 松 町	田中 保子	末 成 町	
監査	前田 美智子	末 成 町	田中 美希	末 成 町	

よろしくお願ひします



令和8年度 常任評議委員会(18名)(委員長…梶川 美佐男 副委員長…村山 謙二)

	氏名	所 属		氏名	所 属
1	巴山 弘 济	伊子志4丁目自治会	10	齊藤 満理子	ローレルハイツ宝塚自治会
2	田 村 勉	伊子志東自治会	11	小 園 隆 紀	宝塚ガーデンハウス自治会
3	村山 謙 二	福井・亀井自治会	12	松永 香夏子	ヒスイ苑自治会
4	長谷川恵美子	福井・亀井自治会	13	村岡 淳 子	ローレルきずな会(老人クラブ代表)
5	高 橋 清	県営御所ノ前住宅自治会	14	坂本 孝 子	民生児童委員
6	川 端 穰	御所の前町自治会	15	周 子 強	スポーツクラブ21すえなり
7	比 嘉 修	高松町自治会	16	今西 美 智	末成小学校PTA
8	梶川 美佐男	末成町自治会	17	西 口 信 幸	末成小学校
9	神子素 幸美	末成町自治会	18	趙 鑪 藏	在日本大韓国民団 兵庫県宝塚支部

安心と信頼、家族葬なら宝塚飛翔殿

宝塚市末成小学校地域の皆様へ お気軽にお問合せ下さい

提携
割引

葬儀
基本料金

20~30%
割引

宝塚市小林5丁目9番82号

0120-51-0042

MEMORIAL HALL 宝塚 飛翔殿

株式会社 セレナス セレナス 検索

年中無休・24時間受付

いっしょに見学OK!



『夏に向け、塩分は増やすか減らすか！？のおはなし』

薬剤師 奥田 徳子

今は6月ですが、今年も4月辺りから気温の急上昇が凄まじかったですね。「春うららか」な時期は一体何日あったんだろうかと首を傾げてください。日本には「四季」があるはずなのに何だか近年は夏と冬しか無い様な感覚を持つ方もいらっしゃるのではないのでしょうか。温暖化は深刻に進んでいる！？そこで今回は、塩分と水分のおはなし。

皆様も、汗をかく時期には水分と塩分をしっかりと摂って熱中症を予防しましょう！というお話はどこかで聞いた事があるのではないのでしょうか。しかし一方で、日本人の標準的な食生活は塩分の摂り過ぎだから、健康維持のためには減塩を心掛けましょう、というお話も。さて、これから酷暑に向かうであろう私達は一体どうすれば！？毎日塩飴を舐めるのか減塩食を食べるのか？

日本高血圧学会によると、夏は発汗により塩分やカリウムなどのミネラルがいくらか失われますが、日本人の食塩摂取量は平均1日10グラム程度と多く、必要量をはるかに超えています。高血圧の人は、原則として夏でも適切な減塩が必要で、1日6グラム未満が望まれます、との事です。

で、一般的な日々の食事に含まれる塩分の目安がこんな感じ(右表)。しかし、高温環境下での作業や運動などでとくに発汗が多い場合には、水分だけを補給すると血液中のナトリウムやカリウムが低くなる場合があります。その場合は、水分と共にスポーツ飲料や経口補水液などで塩分・ミネラルを補給することが勧められますが、スポーツ飲料で補給の際には糖分の摂り過ぎに注意が必要となる場合があります。

また、高齢者ではのどの渇きを感じにくくなることから、部屋の温度を測定し、エアコンなどを適切に使用して暑さを避けることと意識的に水分を補給することが勧められています。

え？カリウムって何？カリウムには体内に溜まり過ぎたナトリウムを尿中に送り込んで体外に排出してくれる働きがあるのです。ナトリウム(塩)とカリウムって、お互いシーソーみたいにバランスを取り合うコンビなんです。え？じゃあカリウムってどうやって摂るの？それは結構簡単！ワカメなんかの海藻、アボカドやバナナなんかの果物、ほうれん草やブロッコリーなんかのお野菜、納豆やきな粉、枝豆なんかの豆類などで、しっかりガッツリ摂れます！ただし心腎疾患などカリウム制限のある方はご注意ください。

夏バテ防止の第一歩。さまざまな食材を、少しずつたくさん食べてくださいね！

今年の夏も元気に乗り切りましょう！

味噌汁 1杯	約 1.5 グラム
梅干し 1粒 (調味漬・塩漬)	1~2 グラム
食パン 1枚 (ロールパン 2個)	約 1 グラム
スポーツ飲料 (500ミリリットル)	約 0.5 グラム
経口補水液 (500ミリリットル)	約 1.5 グラム

地域のつながりの場
みんなの食堂 ななカフェ

令和8年6月・7月・8月の開催日時
6月28日(日) 7月26日(日) 8月23日(日)
11:00~

ななくさ育成園 地域交流室
(食事を提供します)

参加費：無料 参加申込：必要 (申込用紙で)

問合せ・連絡先：ななくさ育成園 0797-26-7481
〒665-0032 宝塚市東洋町3番15号

つどいの場~フレンド~

6月24日(水) スポーツゲーム(ボッチャ)・体操
7月 8日(水) ハンド トリートメント
7月22日(水) こつこつ体操・健康座談会(睡眠)
8月12日(水) おやすみ
8月26日(水) スポーツゲーム(ディスコン)・体操

13時30分~15時
末成小学校 多目的ホール
参加費無料

この事業には、
社会福祉協会の協力を
いただいております。

お問合せ先：コミュニティすえなり福祉部
前田 美知子 71-9646 大西 登司恵 74-3994

イベントのお知らせ

【寺子屋すえなり】スタッフを募集しています
6月29日、7月6・13*日
毎週月曜日の14:30~ ※7月13日は13:20~

【青少年部】
6月28日(日) 10:00~ 体操教室
7月10日(金) 17:00~ まちかどたんけん
7月21日(火)~22日(水) 9:00~11:00
夏休み宿題広場

【生活安全部】
7月10日(金) 16:30~ 地域安全パトロール
8月14日(金) 16:30~ 地域安全パトロール

【ルーム運営部】
7月24日(金) 15:30~ ルーム利用受付
8月28日(金) 15:30~ ルーム利用受付