

2025カープ観戦 成績 2勝3敗

今年のカープは強いの！？弱いの！？

みなさんの予想はどうですか



良い睡眠で身体を整えましょう

質の良い睡眠は、疲労回復、記憶力・集中力の向上、ストレス緩和など、身体と心の健康に深く関わっています。

1日の生活の中で実践できていることをチェックしてみましょう。☑

【良い睡眠のためのポイント】

朝	☐ 毎日同じ時間に起きて朝日を浴びる ☐ 朝食をとり、身体を目覚めさせる	
昼	☐ 昼食後は散歩などの軽い運動を行う ☐ 昼寝は午後3時までにとり、20分程度にする	
夜	☐ 寝る前の喫煙、飲酒、カフェインの摂取は控える ☐ 寝る前2時間はスマートフォンやパソコンに触らない	

公式LINE
@464nnkoe



Instagram
@tsukushijichi



facebook



津久志自治
セフター
SNS
アカウフト

6月後半の予定表

16日	月	
17日	火	・やまゆりサロン 10:00～15:00
18日	水	
19日	木	
20日	金	
21日	土	・(同)グラウンドゴルフ 9:00～ ・埴定例会
22日	日	
23日	月	
24日	火	・やまゆりサロン 10:00～15:00
25日	水	・(同)卓球同好会 13:30～15:30 ・つくしっ子クラブ ～17:30
26日	木	・津久志スマホ教室 13:00～15:00
27日	金	・つくしヨガ教室 10:00～11:10 ・健康歌声クラブ 13:30～
28日	土	・(同)グラウンドゴルフ 9:00～
29日	日	
30日	月	

7月の予定表

1日	火	・やまゆりサロン 10:00～15:00
2日	水	・(同)卓球同好会 13:30～15:30 ・つくしっ子クラブ ～17:30 ・(振)定例会 19:00～
3日	木	
4日	金	・ほおの木会定例会
5日	土	・(同)グラウンドゴルフ 9:00～
6日	日	
7日	月	
8日	火	・やまゆりサロン 10:00～15:00
9日	水	・(同)卓球同好会 13:30～15:30 ・つくしっ子クラブ ～17:30
10日	木	・津久志スマホ教室 13:30～15:00 「地図アプリを使おう」 ・津口定例会
11日	金	・つくしヨガ教室 10:00～11:10
12日	土	・(同)グラウンドゴルフ 9:00～
13日	日	・(公)地域美化活動 7:00～
14日	月	
15日	火	・やまゆりサロン 10:00～15:00
16日	水	・(同)卓球同好会 13:30～15:30 ・つくしっ子クラブ ～17:30
17日	木	
18日	金	
19日	土	・(同)グラウンドゴルフ 9:00～ ・埴定例会
20日	日	
21日	月	＊海の日＊
22日	火	・やまゆりサロン 10:00～15:00
23日	水	・(同)卓球同好会 13:30～15:30
24日	木	・津久志スマホ教室 13:00～15:00
25日	金	・つくしヨガ教室 10:00～11:10 ・健康歌声クラブ 13:30～
26日	土	・(同)グラウンドゴルフ 9:00～
27日	日	
28日	月	
29日	火	・やまゆりサロン 10:00～15:00
30日	水	・(同)卓球同好会 13:30～15:30
31日	木	

・(同)は同好会、(ス)はスポ協、(振)は振興会、(子)は子ども会育成会、(防)は自主防災、(町)は町行事



つくし振興会だより

津久志地区振興会連絡協議会
事務局：津久志自治センター
mail:tsukushi-jc@mail.mcat.ne.jp
TEL:(0847)27-0335 FAX:(0847)27-0350

振興会長就任挨拶

雨に濡れる紫陽花が美しい季節になりました。平素より津久志地区振興会連絡協議会に対し、ご理解とご支援を賜り誠にありがとうございます。本年度、振興会長を務めさせていただきます清原正男です。未熟なわたくしではございますが、2年間の副会長経験を活かし、2025年広島カープのキャッチフレーズにもありますように「**遮二無二（しゃにむに）**」様々なことに取り組んで参りたいと思います。みなさまご指導ご鞭撻のほど、どうぞよろしくお願いいたします。



津久志地区振興会連絡協議会 会長 清原正男

津久志地区公衆衛生推進協議会

地域美化活動

日時：7月13日（日）
午前7時00分～

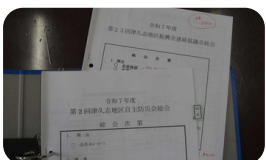
各地区でゴミ拾いを行います。
ご協力よろしくお願いいたします。
詳細は内面をご覧ください。



5月21日(水)

津久志地区公衆衛生推進協議会総会
津久志地区自主防災会総会

総会ではすべての議案が承認されました。本年度もどうぞよろしくお願いいたします。



新しい役員体制は
内面をご確認ください。

5月でんなことがあったよ

つくしっ子クラブが始まりました！



毎週水曜日放課後児童預かりが始まっています。
学期途中からでもご参加いただけますよ♪また、
大人の方もぜひ遊びに来てください～

5/25(日)古紙回収 津久志地区子ども会育成会

大変多くの古紙が集まりましたが、
子どもたちも最後までがんばりました。



5/25(日)カープ観戦ツアー

青水のみなさまと一緒に観戦ツアーを実施。
カープも快勝で楽しい1日となりました



津久志地区の
人口・世帯数
(6月末現在)

男性 241人(+1) 女性 258人(+2)
合計 499人(+3)

世帯数 262戸(+3)
65歳以上264人(高齢化率52.9%)
(+1人) (-0.1%)

☆令和7年度津久志地区振興会連絡協議会役員・委員の紹介☆

令和7年5月21日に開催されました第23回津久志地区振興会連絡協議会総会で役員・委員が下記のとおり選任されましたのでご報告いたします。

役員一同、微力ではございますが地域の為精一杯頑張る所存ですので
ご協力、ご支援の程 宜しくお願いいたします。

「連絡協議会役員」

会 長	清 原 正 男
副会長	大 田 哲 司
副会長	宗 廣 正 美
幹 事	槇 本 多 津 美
幹 事	栗 原 隆 行
幹 事	後 藤 規 善
幹 事	大 山 浩 一
幹 事	向 原 徹
監 事	向 井 真
監 事	仁 井 亘
顧 問	山 口 広 規
顧 問	山 口 通 史

「各地区委員」

ほおの木会	清 原 正 男
	栗 原 隆 行
	槇 本 多 津 美
	後 藤 義 博
	向 井 龍 二
	長 久 幸 子
	三 善 健 司

埵 振興会	大 田 哲 司
	岡 田 勤
	後 藤 規 善
	向 井 真
	小 田 孝
	大 田 美 恵 子
	島 崎 憲 子
	毛 利 真 子

津口振興会	宗 廣 正 美
	大 山 浩 一
	向 原 徹
	仁 井 亘
	寺 田 弘 美
	佐々木 まなみ
	木 藤 浩 二
	小 早 川 健 太 郎

※役員数の変更あり 13→9

◇連絡協議会とは◇

3地区の組織を持って組織し、
相互に連絡提携し、集落自治
の充実と地区の活性化を図る

津久志地区今年度の主な行事予定

- ・ 地区民運動会 6月8日（日）
- ・ 敬老会 9月28日（日）
※山福田地区と合同開催
- ・ 文化祭/元気な地域づくり応援事業イベント 10月26日（日）
- ・ ウォーキング 11月30日（日）

夏の地域

津久志地区公衆衛生推進協議会

美化活動

のお知らせ

日時

令和7年 **7.13(日)** 午前 **7:00～**

※雨の場合は7月20日(日)

空き缶・空き瓶などを回収し、各地域の収集場所へお持ちください。

※道沿いに置かれても収集できません。

収集場所

- ・黒淵会館
- ・津口創作館
- ・旧自治センター

津久志地区夏の地域美化活動を行います。収集場所を黒淵・津口・埴の3箇所に決めて、そこに各自が収集した空き缶・空き瓶などを持ち寄って分別します。皆様のご協力をよろしくお願いします。



津久志地区公衆衛生推進協議会

【問い合わせ】津久志自治センター 電話0847-27-0335

メール:tsukushi-jc@mail.mcat.ne.jp