



四絡コミュニティセンター

出雲市小山町650-21 TEL21-0369 FAX21-0370

E-mail:yotsugane-cc@local.city.izumo.shimane.jp

ホームページ公開中

四絡コミセン

検索



四絡の人口（令和7年8月末）

地区名	矢野	小山	大塚	姫原	渡橋	合計
世帯数	694 (+1)	2,080 (-1)	608 (-4)	837 (+4)	1,710 (+1)	5,929 (+1)
人口計	1,687 (-1)	4,441 (+3)	1,385 (+3)	1,911 (+15)	3,301 (+16)	12,725 (+36)

※（ ）の数字は前月比 資料 出雲市

9月コミセン利用数 186件・総利用者数 4,038名

健康で明るいまちづくりをめざして

島根県健康長寿まちづくり推進事業

四絡コミュニティセンターは今年度から5年間、島根県のモデル事業である「しまね健康寿命延伸プロジェクト」を受託しました。コミュニティセンターでは地域課題について、各専門部が中心となって、研修会や講演会、イベント等を実施するなどして、住民の方に関心をもっていただいたり、課題解決に向けての学びを深めていただいたりしています。様々な課題やテーマがある中、最近、特に関心が高いものに「健康寿命」があります。

年齢を重ねても、できるだけ長く健康や元気を維持したい、このことは誰しもが思うことです。この「健康寿命」に関することを地域全体で考え、色々な取組を通して、四絡の「活力ある地域づくり」につなげたいと考えます。

四絡地区は、令和7年3月の調査によると、1年間の出生数が121名と塩冶地区の141名に次いで市内で2番目に多く、また65歳以上の高齢化率は20.49%と市内で最も低い割合です。市の高齢化率30.37%と比べると、四絡地区は若い人が多いまちと言えます。しかし、割合は低くとも、四絡には2,601人の高齢者の方がおられ、そのうち28%の737人は独居の高齢者です。また高齢者世帯1,857の20%である385世帯は高齢者夫婦のみの世帯です。少子化が進む今、四絡の高齢化は今後さらに進んで行くことが予想されます。

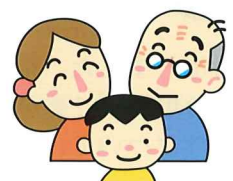
コミュニティセンターでは、今回のモデル事業をきっかけに、地域や家庭でできることは何か、健康への関心を高めてもらうにはどのような事業が必要か、などについて多くの方に議論に参加していただきたいと思っています。そして、地域全体で「健康・福祉」について考える機運を高めていただけると嬉しく思います。ご協力をいただきますようよろしくお願いいたします。

9月
8日
月

認知症について研修を行いました

四絡民生委員児童委員の皆さんとコミュニティセンター職員とで認知症サポーター養成研修会を行いました。出雲市では、認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守り、声かけやちょっとした手助けができる地域の応援者を増やしていこうと、希望する職場や団体に対し出前方式で認知症サポーター養成研修会を実施しています。

今回の研修では、65歳以上の高齢者の5.4人に1人が認知症であること、90代の6割以上、80代後半の4割以上が認知症と診断されていることなどについてお話がありました。こうした話の後、認知症と診断されても記憶のすべてを忘れるということはなく、認知症があっても活躍している人はたくさんいること、少しのお手伝いがあれば生活は十分可能なこと、そして認知症になっても尊厳と希望を失うことなく、地域で暮らしていける社会を考えることが大切であることなどについて事例等を通して説明いただきました。研修後の話し合いの中で、認知症に関する学びを今後も継続的にを行い、認知症と診断された方やご家族の皆さんにとって安心して過ごせる地域づくりを進めて行きたいと話しました。



9月
1日
月

フリーデー [トールペイント]

4組6名の親子が参加。夢海さん^{まりん}を講師にトールペイントでWelcomeボードや名前ボードを作成しました。タオルを丸めてポンポンとスタンプしたら薔薇の完成！そこから更にていねいに綿棒で仕上げました。みんな同じ色の絵の具と同じ道具でつくったのに、できあがった作品はどこか芸術家を思わせるものから、ロックな仕あがりのものまで個性的なものばかり。作品は四絡文化祭の子育て支援ブースで展示しますので、ぜひ見にいらしてください。



9月
17日
水

季節イベント [お月見会]

11組15名の親子が参加。9月に入りずいぶん秋らしくなってきました。秋の七草を飾り、コミセンの舞台は秋の気配いっぱいです。今回は「芸術の秋」ということで、手形や足形を使ったプラ板のキーホルダーづくりをしました。トースターで焼くとクルクルっと縮まっていき、はいできあがり！失敗もありましたが、みなさんが終始笑顔で楽しそうにしていたのを見て、スタッフ一同も笑顔になりました。



よつがね子どもスクール

おやつでサイエンス

9月
8日
月

アイスクリームづくり

氷に塩を入れることで急速にアイスの素を冷やして、はやわざアイスクリームをつくりました。氷をはげしく振るのがたいへんでしたが、美味しくできたアイスクリームに、みんなの頬もとろけました。



9月
8日
月

フリークラス (砂時計づくり)

講師の尾崎一夫さんが用意してくださった鳴き砂を使って、ペットボトル砂時計と、ポリスチレンパネルを使った砂時計をつくりました。ものづくりを通して様々な用具の使い方や目的に応じた材料の活かし方を学びました。



9月
29日
月

わらび餅づくり

わらび餅とそれにかけるきな粉をてづくりしました。大豆やグリーンピースを砕くとそれぞれどうなる？ 種実類(油分の多い豆)を砕くと？ みんなで実験の前に仮説をたてるという作業を行いました。おやつづくりも科学に基づいていることを実感しました。



9月
20日
土

渡橋地区美化活動

環境保全連合会

環境保全連合会(角田健二会長)は、渡橋地区の美化活動を行い、高校生ボランティア2名を含む17名が参加しました。稲刈りの時期に大雨が降ったため、あちらこちらの用水路で藁が引っかかっているという報告を受けました。この件については、四絡地区土木委員会より市へ報告してもらいました。



9月
19日
金

NHK松江放送局のスタジオ見学と県立美術館で作品鑑賞

文化部



文化部（柳樂忠男部長）主催の自主企画事業でNHK松江放送局のスタジオ見学と県立美術館での作品鑑賞を組み合わせたツアーを行い、40名が参加しました。2年前に完成した新しいNHK松江放送会館は、災害に強く、環境にやさしく、そして地域の交流の場としての機能を兼ね備えた施設であることを今回の見学で知ることができました。フルバーチャルスタジオの導入で、斬新かつ多彩な演出でニュースにより深みと奥行きのある情報を伝えられるスタジオを見学させてもらい、あらためて放送局の担う大切な役割を学ぶことができました。参加したみなさまは、全員初めて入るスタジオや普段見ることのできない放送局の裏側を見学することができてとても満足していただきました。

島根県立美術館では、企画展で葛飾北斎の浮世絵を中心に作品が展示されていて、秋の訪れとともに芸術鑑賞に浸ることができました。



9月
28日
日

秋のウォーク IN キララ多伎

スポーツ部

スポーツ部（金山清部長）は、恒例の秋のウォークで、どんとこい市場（湖陵町）からキララ多伎までのウォーキングを行いました。秋晴れの中、絶好のウォーキング日和となり、海岸沿いに青い海と緑の山のコントラストを楽しみながら歩きました。小学生から高齢者まで幅広い世代の方に参加いただき、海にイルカの姿が見えないかと期待を膨らませつつ歩けたことで、また楽しい思い出の一つとなりました。



四絡ふれあいサロン会のように

社会福祉協議会

9月
4日
木

大塚ふれあいサロン会 しわくや楽団演奏会

しわくや楽団さんと懐メロを楽しもう！と今回は音楽会を企画。ギターとアコーディオンの生伴奏で、懐かしい唱歌・叙情歌などを参加者全員で歌い、楽しい時間を過ごしました。とても素敵なひと時だったと、みなさん喜んでいただきました。



9月
24日
水

姫原ミニサロン会 手芸教室

山田美佐江さん（姫原町）を講師に迎え、手芸教室を開催しました。久しぶりの裁縫でそれぞれに声を掛け合いながら一生懸命に取り組まれました。できあがったトンボブローチを胸につけ喜んでいただきました。



9月
17日
水

全体サロン会 バスでおでかけ

今年の全体サロンバス旅には、5つの地区全てから参加いただき総勢70名（大型バス2台）で、浜田市へでかけました。しまね海洋館アクアスでは、アシカ・アザラシのパフォーマンスやここでしか見られないシロイルカのショーを見ることができて、みなさんとても満足していただきました。昼食は大勢でわいわい言いながら楽しいひと時を過ごすことができました。



9/21~9/30 秋の交通安全週間始まる!!

9月
22日
月

一斉街頭啓発活動と青パト隊 一斉パトロールを行いました

秋の交通安全週間に合わせて、交通安全対策協議会委員さんを中心に一斉街頭啓発活動、そして青色防犯パトロール隊による巡回活動を実施しました。この10日間の期間中だけでなく、毎朝子どもたちが安全に登校できるよう見守りをいただいている方々には、本当にありがたい気持ちでいっぱいです。

四絡の子どもたちをはじめ、地域の方々が安全にすごせるように交

対協は頑張っています。
一緒に活動してくださる方、募集しています。



9月
21日
日

四絡地区体育祭

出雲ドームを会場に四絡地区体育祭が開催され、地域のみなさまがたくさん参加され競技を楽しみました。熱い応援で、盛り上がりました。みなさまありがとうございました。



ご寄付のお礼

◆香典返し(令和7年9月1日~9月30日) ()内は故人です。

- ◇矢野 北二 大国 晴夫(順子)様
- ◇姫原 上之島南 松尾 繁彌(陽子)様
- ◇渡橋 有原西一 片寄 靖久(勤)様

※ご厚志、誠にありがとうございました。
地域の社会福祉事業に有効活用させていただきます。

~四絡コミュニティセンターよりお願い~

当センター等が開催する事業や活動時に撮影した写真を広報誌・ホームページ等で使用させていただく場合があります。また、表彰者等のお知らせについては、出雲市からの情報に基づいて掲載しております。あらかじめご了承ください。



11月行事予定

日付	曜日	内 容
1	土	
2	日	
3	月	文化の日
4	火	
5	水	●よつがね健康フェスティバル ●青パト1班 ●センター長会
6	木	●花いっぱい(環境部)
7	金	
8	土	
9	日	●朝山地区同和教育研究指定事業発表会 ●スポーツ部部員研修
10	月	●こあら親子遠足 ●パソコン教室(第1回) ●子どもスクール(SDG's)
11	火	●書道
12	水	●パソコン教室(第2回)
13	木	●北部グラウンドゴルフ大会
14	金	●エコなびツアー(環境保全連合会) ●パソコン教室(第3回) ●青パト4班
15	土	
16	日	●交通安全フェス ●大津地区同和教育研究指定事業発表会
17	月	●子どもスクール(おやつ・ピンポン) ●自治協会正副会長会
18	火	
19	水	●青パト3班
20	木	広報配達日
21	金	
22	土	
23	日	勤労感謝の日
24	月	振替休日
25	火	●書道
26	水	●青パト2班
27	木	●北部センター長会
28	金	
29	土	●青少協:広島平和記念資料館など研修(予定)
30	日	



11月20日(木)
です

