

コミュニティだより



住みよい町の情報紙

第73号

2026年1月1日発行

編集・発行



庵治地区コミュニティ協議会

(087-871-4162)

<http://www.pikara.ne.jp/ajicomi>

あじ

ファミリーマラソン FINAL

10月26日(日)

「高松ファミリー＆クオーターマラソンin AJI 2025」が行われました。

40年前から続くこのマラソン大会ですが、今年で最後となることを惜しむかのような小雨の中、多くのランナーがラストランに参加しました。

庵治支所前スタートの様子

新年のご挨拶

新年あけましておめでとうございます。

平素はコミュニティ協議会に対しまして、多大なるご支援ご協力を賜り厚く御礼申し上げます。昨年は、庵治地区コミュニティ協議会主催で「庵治港豊漁花火大会2025」を実施いたしました。多くの方々のお力添えにより成功させることができましたことに、改めまして御礼申し上げます。

また、「AJIわいわい祭り」も盛大に実施することができ、子どもたちに庵治の地場産業への関心や庵治を大切に思う気持ちを育む一助になったと感じています。

今年も庵治町の問題解決や活性化に取り組んでまいりますので、よろしくお願ひ申し上げます。

皆さま方のご健康とご多幸をお祈りし、新年のご挨拶といたします。

庵治地区コミュニティ協議会 会長 新上 隆司



庵治ふれあい歌声喫茶♪

日時:令和8年1月25日(日) AM10:00～

みんな楽しく歌いましょう!! 参加費200円・当日集金

指定管理者 株式会社オクト ☎087-871-2534



Denny Horimizu
Solo ART Exhibition

開催中～1月31日(土)まで

歯ART美術館

開館時間
10:00～17:00

休館日:火曜日・水曜日

「ファミリーマラソン in AJI」

ファイナルを迎えて

庵治町の魅力を県内外に知つてもらう代表のイベントの一つとなつた「ファミリーマラソン in AJI」。

競技は、10キロ・5キロの一般コースと、親子で走る3キロファミリーコースです。このファミリーコースは当時珍しく、仲良く手をつないで走る親子のほかに、おじいちゃんとお孫さんペアが元気に走る姿も見ることができました。

参加人数

3km

ファミリーの部
193組

12km

成年男子：124人
成年女子：45人
壮年男子：443人
壮年女子：104人
(壮年40歳以上)

5km

男 子：143人
女 子：103人

合 計：1,155組



多島美を堪能しながら、タイムにとらわれず思い思いに走れる庵治半島のコースは、ランナーにとても優しいものでした。



花を添えた高松市役所吹奏楽団の演奏

令和8年4月1日より利用料金が変更になります

「高松市受益者負担見直し基準」が改定されたことに伴い、
コミュニティセンターの利用料金が改定されます。

	利用料金	冷暖房
和室・大会議室	490円	250円
視聴覚室	260円	130円
円卓・講座室・団体室・作法室	120円	60円
調理室	610円	310円

改定後

見直し後の利用料金 (冷暖房含む)
730円
390円
180円
910円

※見直し後の金額は、冷暖房の使用に関わらず、利用料金に含まれます。

- ・1時間あたりの金額です。
- ・会の目的に応じ、利用料金を免除する場合があります。
- ・同好会の利用料金は半額になります。

12月29日(月)～1月3日(土) コミュニティセンター休館



★ 野焼きは禁止されています

第19回

AJI わいわい祭り



9月28日(日)、庵治コミュニティセンターで「第19回AJIわいわい祭り」が開催されました。町内外から大勢の方が来場し、わいわい賑やかな1日となりました。



スタンプラリー大抽選会

△ピチピチのおいしいハマチが大当たり★



OX クイズ

空くじなしで豪華景品♪



△子どもたちがダンスでオープニング♪みんな上手にできました～



自治会加入者限定抽選会



キッズヒップホップダンス



●おりがみ教室

～おりがみで干支づくり～

10/24(金)、美しい和紙を使って新年の干支の「午(うま)」を作りました。

おりがみは、大人の脳の活性化にも効果があると言われています。参加者同士も自然と会話が増え、和気あいあいと作成しました。



行事予定

～パラスポーツを体験しよう～

3月7日(土) 9:30～11:30(予定)

場所:小学校第2体育館

車いすバスケット・カローリング・ボッチャ・卓球バレーなど

参加費無料

●申し込み先:庵治コミュニティセンター

☎087-871-4162



★ ゴミは収集日当日の朝に出しましょう





「ちよこちよこばなし」 「太極拳は楽しい！」 ロンリム



皆さん、明けましておめでとうございます。新しい年には新しい挑戦を。

昨年は早朝ウォーキングの話をしましたが、今年は「太極拳」を始めた話をします。ずっと以前からやってみたかったのですが、なかなか機会に恵まれず、実現できていませんでした。それが昨年の夏頃、庵治コミュニティセンターに太極拳の同好会があると聞き、早速見学させていただいたところ、講師の方と会員の皆さんからの温かい歓迎に、深い感銘を受けました。

《庵治太極拳》の会員はおよそ17人。67歳の私が、なんと一番年下だと言われています。講師の先生は丁寧に教えてくださり、初心者の私が今習っているのは「入門太極拳」と「十式太極拳」です。動きは一見単純そうですが、実際にやってみるとこれがなかなか難しい。各動作には「野馬分鬃」「金鶏独立」「雲手」「手揮琵琶」など、動物や自然にちなんだ名前がついていて、これも面白いです。

稽古は週1回ですが、毎回元気をもらえるので、次の練習を楽しみにしています。家でも毎日練習を続けています。また、12月上旬（原稿執筆は11月現在）には、ほっとびあんで開催される健康福祉祭りで、「十式太極拳」の発表会に初参加する予定です。

太極拳自体が十分に楽しいのですが、それに加えて会員同士の交流もまた格別です。みんなの表情は明るく、稽古中も冗談が飛び交うほど和やかな雰囲気。さらに会員同士では、魚やスダチ、お菓子、キュウリ、ピーマン、冬瓜、バジル、柿など、さまざまなもの「物々交換」も盛んに行われています。

コミセンでの太極拳は本当に楽しいです。これからも長く続けていきたいと思います。



上級生の練習風景▶



駐在さんの伝言板

○交通事故多発! 交通ルールの遵守をお願いします!

県内では、交通死亡事故が減少していますが、今一度、「交通安全」への認識を高め、交通ルールや交通マナーの遵守に努めてください。

年始から車で外出する機会が増えると思います。心に余裕を持ち、相手を思いやる気持ちでハンドルを握ってください。

要望や相談などは「相談ダイヤル #9110」または
高松北警察署までお電話ください。

高松北警察署 ☎087-811-0110(代表)

○1月10日は「110番の日」です!

事件や事故等の緊急の場合は「1・1・0」をダイヤルしてください。

- 110番は携帯電話からでもつながります。
- 警察本部の通信指令室につながります。
- 「事件ですか？ 事故ですか？」等と聞かれますので、落ち着いてお話しください。

高松市庵治支所からのお知らせ

庵治支所閉庁時の連絡先は次のとおりです。

緊急を要する場合 高松市役所守衛室：087-839-2258

上水道関係 香川県広域水道企業団お客様センター：
087-839-2731

防犯灯の新設希望についてのお知らせ

家の近くの道路や建物の陰など、夜間暗い場所はありませんか。高松市では、犯罪や事故防止のための防犯灯設置に対し補助を行っています。令和8年度の新設希望調査締め切りは、2月末なっていますので、自治会内でご検討いただき、希望される場合はご連絡ください。

新設に関しましては、工事費の自治会負担（20,000円）・

既存の防犯灯との距離・近隣の方の承諾を得るなど、いくつかの条件があります。

詳しくは庵治コミュニティセンターまでお問い合わせください。

【問い合わせ先】

電話：087-871-4162（平日9時～17時）





山の中腹に見える皇子神社の下方の広場では、江戸時代から「庵治の船祭り」として知られる、全国でも数少ない海の祭典が繰り広げられています。

新型コロナ禍が収まった後の2025年は、神事のみが執り行われました。近年、懸念される担ぎ手などの少子高齢化や人口減少は否めない事実ですが、340年余り続いてきた、あの勇壮な「あばれ段戻」の次世代への継承を切に望みます。



1965年(昭和40年)頃の江の浦海岸
現在埋立ができて砂浜がなくなった。

時代の移り変わり 庵治町の様子

昭和から平成、そして令和の時代に移り、庵治町の風景や生活様式など、大きく様変わりしてきました。写真でその様子を掲載します。

古い写真は、1989年(平成元年)3月30日、庵治町教育委員会発行の「庵治の古い写真集」から抜粋しています。



今と昔



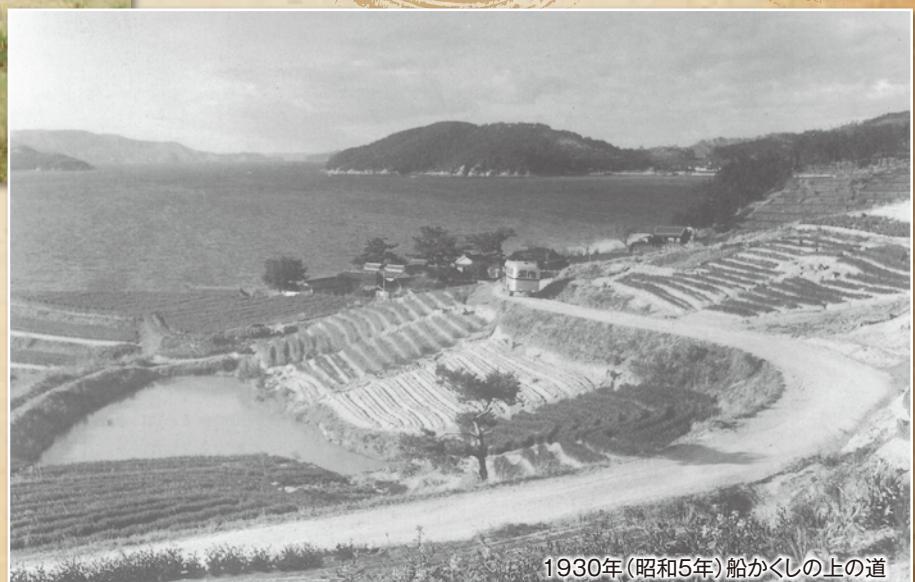
1965年(昭和40年)に新県道が開通しましたが、流通の合理化が進み、県道の幅では追いつかなくなり、幹線道路の見直しが行われました。1992年(平成4年)4月、町道新丸山線(深間~丸山峠)道路が開通し、県道、市道ともに大切な生活道路となっています。

八栗方面から丸山峠を越えると、左眼下に広がる瀬戸内海。昔も今も変わらず、みんなを迎えてくれる気がします。大小の島々や行き交う船舶は、どこか懐かしさを感じます。

「ただいま」、「おかえりなさい」、「おつかれさま」、「いらっしゃい、ようこそ庵治町へ」。

昔の写真説明は、写真集の原文のままを掲載しています。

この今と昔(時代の移り変わり)に
紹介する写真をお貸しください。
庵治町の昔の写真があれば、庵治
地区コミュニティ協議会へお貸しくだ
さい。
お問合せは、同協議会(871-4162)
まで



1930年(昭和5年)船かくしの上の道

こども園運動会

10月4日(土)、こども園運動会が、雨天のため庵治小学校第二体育館で実施されました。

練習を重ねていた園庭ではなく、体育館に変更されました。園児は体操・かけっこ・表現に力いっぱい、笑顔いっぱい頑張りました。



レッツパレード！YMCA

文化展

11月1日(土)～6日(木)、コミュニティセンターで文化展を開催しました。

こども園児・小学生・中学生の絵画・書道・標語や、センター講座の作品・同好会や地域の方々の応募作品など、多くの方にご覧いただきました。

また、庵治港豊漁花火大会・夏祭り絵画コンクールの作品も同時に展示しました。



作品を見学する地域の方や
こども園らいおん組の園児たち



庵治港豊漁花火大会・夏祭り絵画コンクール作品展示の様子

絵画コンクール

「第1回庵治港豊漁花火大会夏祭り絵画コンクール」を実施しました。中学生1名・小学生39名の力作の中から厳正な審査の結果、次の方々が入賞されました。



【入賞者】(敬省略)

庵治港豊漁花火大会実行委員長賞	佐治 凜音	小学校5年
庵治漁業協同組合長賞		
高松市教育長賞	植 一華	小学校3年
庵治中学校長賞	早川 明花莉	小学校2年
庵治小学校長賞	山根 渚	中学校2年
庵治港豊漁花火大会実行委員会賞	村井 楓	小学校4年



冬は日も短く、陰陽では陰が極まります。中医学では冬は「腎」の季節とされます。中医学で言う「腎」は生命の源とされる重要な役割を担っています。例えば、エネルギー(精気)を蓄え、成長・発育・生殖の基礎を支える他、水液代謝の調節、骨・脳・髪の健康維持、さらには耳・尿道・生殖器・肛門の機能維持などの働きがあります。その「腎」を養うことで諸機能が活性化され、老化を遅らせることも期待できます。

1. 冬に起こりやすい症状と薬膳の考え方

冬の邪気(不調の原因)では、先ず「寒邪(かんじゃ)」が挙げられます。寒邪は冷たい環境によって体内に入り込み、気血の流れを阻害し、免疫力を低下させます。冷えや関節痛、頻尿などの症状も現れやすくなります。

また「燥邪(そうじゃ)」もその一つです。冬は乾燥しやすく、燥邪が体内の潤いを奪うことで、肌や喉の乾燥・咳・便秘などの不調を引き起こすことがあります。室内の暖房による乾燥が燥邪を助長することもあります。

冬の薬膳では、腎陽を補い身体を温める「温補腎陽(おんぽじんよう)」の食材や、肺の津液を養い乾燥症状を緩和する「潤肺(じゅんぱい)」の食材を取り入れることがポイントです。また、脾胃の働きを高めることで気血の生成を促す「健脾益氣(けんぴえき)」の食材も冬の養生に役立ちます。



2. 冬におすすめの食材

①温補腎陽の食材

黒豆、黒ごま、クルミ、栗、羊肉、鶏肉、生姜、ニンニク、ナツメ、シナモンなど

②潤肺の食材

白きくらげ、蜂蜜、百合根、山芋、松の実、杏仁、落花生、柿、ヨーグルトなど

③健脾益氣の食材

山芋、蓮の実、もち米、鶏肉、大豆・黒豆、栗、甘酒、ミカンの皮(陳皮)など



3. 冬のおすすめ薬膳メニュー(例)

◆山芋と鶏肉の滋養スープ(健脾益氣・補氣養血)

山芋は健脾益氣の作用があり、消化を助けながらエネルギーを補います。鶏肉は補氣養血の効果があり、疲労回復や体力増強に役立ちます。また、生姜やクコの実を加えることで、冷えの改善効果が高まります。

◆れんこんと百合根のお粥(潤肺)

れんこんと百合根で体を潤します。百合根には心を落ち着かせる作用もあります。

◆甘酒とくるみの温養ドリンク(補氣・補腎・温肺)

甘酒は気を補うことで疲労回復を助け、くるみは補腎・温肺で冷えや老化を緩和してくれます。



4. 冬の薬膳の注意点

冬の薬膳を取り入れる際に、次のポイントを意識するとより効果的です。

◇適度な温め

唐辛子・ニンニク・生姜などによる過度な温めは陰液を消耗し、乾燥を悪化させることがある為、潤いを補う食材(白きくらげ、豆腐、海藻類、白菜など)と組み合わせるなどして、適度な温めを意識する。

◇寒涼性の食材を控える

緑茶や生の果物(とくに柑橘類)は体を冷やすため、とり過ぎないように注意する。

◇冷たい調理法を避ける

調理法は「煮る・蒸す・焼く」を中心とする。辛味や油も控えめがおすすめ。

5. 薬膳で冬を快適に

冬は、春に向けてエネルギーを蓄え熟成させる時期とされています。寒さとの付き合い方が大切な季節です。適切な薬膳を取り入れ、体を温めながら冬を快適に過ごしましょう。



お知らせ

(行事予定)

※今後の感染症の対策状況により
変更・中止もあります。

	こども園	小学校	中学校
1月	8日(木) 3学期始業式 21日(水) 生活発表会(0~2歳児) 28日(水) ひよっこ・わくわくひろば (未就園児対象) 30日(金) 保育参観・人権教育講演会	8日(木) 3学期始業式 9日(金)~14日(水) みんなでリサイクル運動(小中合同古紙回収) ◎第二体育館地下駐車場	8日(木) 3学期始業式 26日(月)~28日(水) 五色台集団宿泊学習(1年)
2月	18日(水) ひよっこ・わくわくひろば (未就園児対象) 27日(金) 入園周知会	12日(木)~18日(水) みんなでリサイクル運動(小中合同古紙回収) ◎第二体育館地下駐車場	3日(火) 公立高校自己推薦選抜 18日(水)~20日(金) 学年末テスト
3月	18日(水) 修了証書授与式 19日(木) 3学期終業式	11日(水)~18日(水) みんなでリサイクル運動(小中合同古紙回収) ◎第二体育館地下駐車場	10日(火)・11日(水) 公立高校一般選抜 13日(金) 卒業式 24日(火) 3学期終業式・修了式 25日(水)~31日(火) 学年末休業日

○みんなでリサイクル運動に関してのお願い○

地域の皆さんにご協力いただいている「みんなでリサイクル運動」で回収されるのは、雑誌・新聞・段ボールの他、アルミ缶のみとなっております。ガラス瓶やスチール缶などを持ってきてくださっても、回収されませんのでご注意願います。また、電気製品等についても、高松市の収集方法や分別区分に沿ってご対応いただくよう、お願ひいたします。



キラリ☆スポ少

(敬称略)

第34回全国小学生バドミントン選手権大会 香川県予選大会

(令和7年8月31日±)

6年生女子
シングルス

準優勝 向井 百合華 (牟礼北小)

6年生男子
ダブルス

第3位 森下 千颯 (牟礼南小)
小林 栄都 (牟礼小)

4年生男子
ダブルス

優勝 十川 凜太郎 (古高松南小) 香川県強化
間嶋 佑灯 (庵治小) 指定選手

※上記入賞者は四国ブロック予選大会へ出場権を獲得。

第34回全国小学生バドミントン選手権大会 四国ブロック予選大会

(令和7年10月4日±・5日±) 於:高知県

4年生男子
ダブルス

準優勝 十川 凜太郎 (古高松南小) 香川県強化
間嶋 佑灯 (庵治小) 指定選手

※第34回全国小学生バドミントン選手権大会へ出場決定。於:広島県(12/19~23)

第3回四国小学生バドミントンダブルス大会(令和7年11月1日±)

於:徳島県

4年生男子

優勝 十川 凜太郎 (古高松南小) 香川県強化
間嶋 佑灯 (庵治小) 指定選手

第22回香川県小学生普及大会シングルス(令和7年11月8日±・9日±)

6年生女子

第3位 太田 結彩 (牟礼北小)

5年生女子

準優勝 十河 希依 (中央小)

4年生男子

準優勝 渡辺 隼 (川添小)

幼児の部

第3位 十川 恭太郎 (やしま幼)

がんばれ!あじっ子

(敬称略)

令和7年度島根県フェンシング選手権大会(令和7年11月1日開催)

第3位

小学6年生 久山 一護

第30回四国、第28回徳島県スポーツチャンバラ選手権大会

(令和7年11月30日開催)

長剣フリー
四~十級の部

優勝 小学6年生 久山 一護

楯小太刀
二級~五級の部

準優勝 小学6年生 久山 一護

香川県中学校新人体育大会 剣道競技

男子個人の部 優勝 中学2年生 野中 海

瀬戸内海放送環境美化振興団体

児童・生徒環境美化絵画・イラスト展

奨励賞

中学2年生 山根 渚

庵治町の人口

令和7年12月1日現在

男:2,037人

総人口:4,288人

女:2,251人

世帯数:2,172世帯

編
集
後
記

あけましておめでとうございます。

昨年も、わいわい祭りをはじめ、さまざまな行事を無事に開催できました。ご協力くださった皆さま、本当にありがとうございました。皆さんの協力があってこそ、庵治町が明るく元気でいられるのだと感じます。新しい年も笑顔あふれる1年になりますように。

