

## 「地域福祉講演会・懇談会」を開催します

社会福祉部  
高齢者福祉部

少子高齢化に拍車がかかり、地域福祉にも大きく影響してきている今日、北地区内の状況を知るとともに、これからの地域福祉活動について考え、意見交換・懇談を行います。

参加対象者は、北地区内の福祉関係者を予定しています。お誘い合わせてご参加ください。

日時 令和5年10月21日(土) 13:30~15:30  
場所 北自治振興センター 会議室  
内容 1. 講演会  
2. 情報交換・意見交換会  
参加 北地区内の福祉関係者  
申込み 北自治振興センター (☎72-0564)  
申込締め切り 10月16日(月)  
※準備の都合があります、必ず事前申し込み願います。



## 北地区体育協会とグラウンド・ゴルフ同好会共催の グラウンド・ゴルフ大会を開催

保健体育部(北地区体育協会)  
グラウンド・ゴルフ同好会

8月29日(火)保健体育部(北地区体育協会)と北地区グラウンド・ゴルフ同好会共催のグラウンド・ゴルフ大会を旧川北小学校でナイターで開催し、26名が集いマスクを着けてのプレーではありましたが、家族で参加もあり楽しい大会となりました。成績は次の通りでした。

	男性	女性
優勝	谷本 勲三 (市場)	市川 千枝 (天満)
準優勝	清水 利則 (門田)	谷本アツ子 (市場)
第3位	桂藤 安夫 (ミツワ)	桂藤ミヨコ (ミツワ)
第4位	小林 武史 (濁川町川西)	田尾美枝子 (濁川町川西)
第5位	堀川 春美 (秋国)	小林由喜子 (濁川町川西)

なお、10月11日(水)にはグラウンド・ゴルフ同好会第30回大会を総領町田総の里運動公園で8時から受付で開催します。誘い合わせてご参加ください。



## ～協働の力で笑顔が輝くまち～

人口減少、少子・超高齢化が進む今、北地区の人口動向は、10年前に予測された数値にほぼ同じ数で進んでいます。毎年30名程度の減少です。これからの北地区をどのようにしていけばよいか「協働の力で笑顔が輝くまち」を作っていくにはどうしたらいいか区民みんなで考えていきましょう。

## 美しく 住みよい地域に クリーンキャンペーンにご協力ください

環境衛生部

恒例の全市一斉クリーンキャンペーンを次のとおり実施いたします。  
私たちの地域をより美しく住みよいまちにするために皆様方のご協力をよろしくお願ひします。



- 実施日 令和5年10月1日(日)※雨天決行  
注：集合場所や時間、拾ったごみの処理等は各自治会の環境衛生部員さんの指示に従ってください。

## 小学校等 環境整備作業にご協力ください

環境衛生部

今年度2回目の環境整備作業を、下記のとおり行いますので協力をよろしくお願ひします。



- 旧田川小学校グラウンド及びグラウンド周辺と田川子育て支援施設  
10月1日(日) 8時から  
注：都合により9月30日から日程変更しています。
- 旧川北小学校及び旧川北保育所  
10月22日(日) 8時から  
(協力依頼と協力者名簿を9月20日の行政文書で回覧します)



## 総務省 利用者向けデジタル活用支援推進事業 スマートフォン講習会開催のお知らせ

生涯学習部

国は高齢者等のデジタル活用の不安解消に向けて、携帯電話事業者等によるスマートフォンの基本的な使い方からオンライン行政手続等の方法まで、スマートフォンの利活用についての助言・相談等を行う講習会を全国で実施しています。携帯ショップで行う講習会のほか、地域の施設に講師を派遣した形での講習会も実施可能となっていることから、庄原市においてもこの事業を活用し、自治振興区毎にスマートフォン講習会を実施します。

スマートフォン講習会は自治振興区単位で実施し、自治振興区毎に1日ずつ、自治振興センターを会場として開催します。

参加を希望される方は  
10月13日までに北自治振興センターへお申し込みください。

- 開催日時、講座及び時間 開催日：令和5年10月28日(土)
- ① 11:00~12:00 マイナンバーカードについて(申請方法など)
  - ② 13:00~14:00 インターネットの利用方法
  - ③ 14:15~15:15 SNS(ソーシャル・ネットワークキング・サービス)の使い方
- ①~③の講座の中から希望の講座に参加できます。3講座すべてに参加することも可能です。  
定員は①~③の各講座10名まで。参加費は無料です。  
講師はNTTドコモより最大2名派遣(1名につき約5名の受講者に対応)。  
講座に必要なスマートフォンはご自身でお持ちください。(契約会社は問いません)  
スマートフォンをお持ちでない場合は、当日貸し出しも可能です。(申込時に連絡ください)

## みんなで歩こう！ “北地区ウォーキング大会”を開催します ご参加ください

北地区歩く会  
環境衛生部  
保健体育部

恒例の北地区一周ウォーキング大会、今年度は北地区ウォーキング大会として、川北町を散策しながら、健康づくりに努めるとともに、環境衛生地区活動の啓発を行います。

小学生や中学生の参加も歓迎します。ご家族でご参加ください。

日時：令和5年10月8日（日）8時15分から受付、  
8時30分開会、（12時解散予定）  
注：開催予定日を変更していません（元10月9日）。

集合場所：北自治振興センター

参加費：無料 ※各自飲み物を持参。

参加申込：10月2日（月）までに、北自治振興センターへ  
☎（80）72-0564

歩くコース：自治振興センターを起点、終点として4kmと  
6kmの2コースを設定します。

※途中で新しい発見もありますよ！



## 一般介護予防事業「健康寿命向上セミナー」 「セルフコンディショニング」を開催します

社会福祉部  
高齢者福祉部

毎日を元気で過ごすためには「栄養」「運動」「認知症予防」が大切です。

「最近、つまずきやすくなった・・・」「体力が落ちて外出がしんどい」「なんだか動きづらい」など、年齢を重ねることで体の不調を感じていませんか？

自分で体を整える運動やストレッチ、テニスボールを使ったマッサージを習ってみませんか。

頭と体を使いながら楽しく運動しましょう。

開催日等は次のとおりです、誘い合わせてご参加ください。

日時：令和5年10月12日（木）13:30～15:30

場所：北自治振興センター 会議室

参加：北地区在住の65歳以上の方、参加費は無料です。

申込み：北自治振興センター（☎72-0564）

申込締め切り：10月5日（木）

※タオルを持参、動きやすい服装でお越しください。

※飲み物は自治振興区で用意します。

※65歳以下の方でも興味のある方、歓迎しますのでこの機会にぜひご参加ください。



## 出前トークで健康づくりを学びました

デイホーム中原サロン

8月30日（水）に地域デイホーム「中原サロン」を10人が参加して開催しました。

今回は、午前中に出前トークで「高齢者の健康づくり、フレイル予防について」市保健師の岩木さんにより、体組成計による測定をしていただき、一人一人の体脂肪率や筋肉量などがわかって、標準外になっているところの改善方法について教えていただきました。

また、午後からは相扶園の新丸さんから自立支援のお話を、実例を交えてお話していただいた後、簡単にできる手や足の運動など楽しく行いました。



## 10月の行事予定

全市一斉クリーンキャンペーン	1日(日)	
田川グランド・子育て支援施設環境整備	1日(日)	8:00
社会福祉部会	2日(月)	19:00
パソコン教室(中級)	2日・16日(月)	14:00
生け花教室	3日(火)	13:30
パソコン教室(初級)	3日・17日(火)	19:00
書道クラブ	5日・19日(木)	13:00
子ども書道教室	5日・19日(木)	16:00
広報部会	6日(金)	19:00
カラオケ教室	7日・21日(土)	16:30
北地区ウォーキング大会	8日(日)	8:30
グラウンドゴルフ同好会 第30回大会 於:総領	11日(水)	8:00
ふれあい給食	12日・26日(木)	8:00
一般介護予防事業 「セルフコンディショニング」	12日(木)	13:30
北老連役員会	13日(金)	9:00
茶道教室	14日・28日(土)	13:30

干し柿づくり	15日(日)	8:30
のんき工房「森で遊you」	15日(日)	
声掛け運動	16日(月)	
北老連第3回グラウンドゴルフ大会 於:田川グランド	16日(月)	8:00
女性部 とうふづくり	17日(火)	8:00
農産物等即売会	17日(火)	9:00
北老連交通・生活安全部会	20日(金)	10:00
自治振興区役員会	20日(金)	19:00
北ゲートボールクラブ秋季大会	21日(土)	8:00
福祉関係者懇談会	21日(土)	13:30
旧川北小学校等環境整備	22日(日)	8:00
シルバーリハビリ体操	23日(月)	13:30
ふれあいサロン北	24日(火)	10:00
交通防災防犯部会	26日(木)	19:00
手芸教室	27日(金)	13:30
スマホ教室	27日(金)	13:30
第2回庄原市自治振興区連合会 グラウンド・ゴルフ大会	27日(金)	8:00
スマートフォン講習会	28日(土)	11:00

## 平和を祈る「折鶴」を展示

## ふれあいサロン北

北自治振興区「ふれあいサロン北」で折ったもの、地区民の方からお寄せいただいたものを千羽鶴にしたもの、市内の保育所、小学校、中学校、地域サロン、介護施設などから寄せられた平和を祈る折鶴と作品が、市役所1階市民ホールに展示されました。展示されたものはどれも素晴らしいものでした。

ふれあいサロン北は、毎日(土日・休日を除く)午前9時から午後5時まで集いの場として開設しており、地区民が自由に利用できるようにしています。また、毎月第4火曜日の午前10時からスタッフ2名が、区民の方のお越しをお待ちしていますのでお立ち寄りください。



ふれあいサロン北の作品

### おくりもの (令和5年8月8日～令和5年9月12日受付)

次の方から香典返しとしてご寄附をいただきました。

佐竹 二樹 様 (故チズエ様) (久井田)  
横山 和洋 様 (故スズカ様) (上重行)

いただきました金一封は、ご趣旨を大切に地域振興と社会福祉に活用させていただきます。

### シルバーリハビリ体操を 定期的に開催します

シルバーリハビリ体操を10月から毎月第4月曜日の午後1時30分から、北自治振興センター2階会議室で定期的に開催いたします。誘い合わせてご参加ください。

～この町で元気で暮らすために～

### 「干し柿づくり」を行います 地域振興部

10月15日(日)に干し柿づくりを予定しています。地域の皆様で柿(西条柿)を提供していただける方は北自治振興センターまでご連絡ください、取りに伺います。

出来上がった干し柿は、農産物等即売会などで販売させていただきます。

### 編集後記

連日猛暑が続いていましたが、9月に入り朝夕少しは過ごしやすくなってきました。敬老会が終わり、ふるさと祭りに向けての取り組みが始まります。盛会に開催できることを願っています、ご協力をよろしくお願いいたします。体調に気を付けてお過ごしください。

### 北地区の人の動き (R5.8.31現在)

[住民基本台帳登録人口]  
昨年対比

人口	1,184	-26
男	563	-8
女	621	-18
世帯数	568	-10