

コーヒー教室 「自分への一杯淹れてみませんか!!」 11月14日(土)

今年も「洗心館」オーナーの安原 克さんを講師に招いて、美味しいコーヒーの淹れ方を教えていただきました。8名の方が参加され、4ヶ国産(ブラジル・コロンビア・タンザニア・エチオピア)の珈琲を飲み比べ、香り・味の違いを楽しみました。最後に自分への一杯として、こだわりの珈琲を淹れ、香り漂う中、ケーキをお供に心和やかなひと時を過ごしました。

◎自分への一杯の淹れ方を紹介します。(ペーパードリッパー)

- ①豆の量(標準) 計量スプーン1杯(13~14g)
2人分なら1杯半(20g)
3人分なら2杯(28g)

②豆は中挽き(グラニュー糖程度)

③湯温は85~90℃

④挽いた豆をドリッパー内に平らにし、500円硬貨程度の直径で湯を入れ、下に落ちない量で蒸らす。(豆がドーム型なる)

⑤30秒後、周りの土手を崩さないよう500円硬貨の直径を保ちつつ、数回に分けて優しく湯を「置いて」いく。

⑥所定の量が抽出できたら、ドリッパーに湯が残っていてもドリッパーを取り外す。

⑦温めたカップに注いで、美味しいコーヒーの出来上がり。



◎4ヶ国産の豆の香りや味の違いについて、皆さんからの感想を紹介します。
ブラジル……ガツンと。苦味。 タンザニア……やさしさ。甘味。
コロンビア……まろやかな。甘味。 エチオピア……酸味。

しめ縄作り教室 12月10日(木)

11名の方が参加されました。今年は初めての方が多く、縄をなう(編む)のが中々できず苦労されていましたが、皆さん、立派なしめ縄を完成されました。



講師の西川友行さん

講師の伊藤寿和さん

講師の藤原謙治さん

今後の行事予定

◎パソコン教室
令和3年1月8日(金)13:30~
令和3年1月22日(金)13:30~

お知らせ

◎西城自治振興センター年末年始休館期間
令和2年12月29日(火)~
令和3年1月4日(月)まで

西城自治振興区だより

西城まちづくり便

2020.12.21
Vol.102

題字：石川 未奈さん
白黒書道教室 中学校2年

☎729-5722 広島県庄原市西城町大佐734 TEL/FAX:0824-82-2175

Mail:saijyo.jichi@gmail.com facebook:西城自治振興区

西城小学校 西城っ子祭り 11月8日(日)

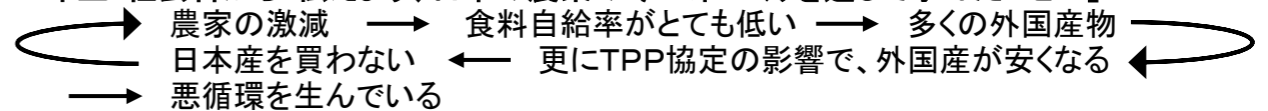
高学年は、社会科や国語科で学習したことを発表しました。
6年生:国語科「町の幸福論」から学ぶ「町の幸福論~未来の西城町を考える~」

- ◎廃校を利用した人と人とのつながる町
- ◎自然を生かした公園づくり
- ◎住民による手作りの祭り
- ◎空き家改修と体験ワークショップ(子どもたちが集い、親同士の交流)



調べたこと、これからのまちづくりについて考えたことをプレゼンしました。

5年生:社会科から「伝えよう、日本の農業の今~米づくりを通して学んだこと~」



日本の農業を守るために、国産のものをできるだけ買って食料自給率を上げていきたいです。

*地域や国の現状や未来について学習したこと、どちらも正に西城町に直結した課題の発表でした。

西城中学校 総合的な学習(弁当販売) 11月28日(土)

第2学年の生徒の皆さんが、地域の特産物を使った弁当を作ったり販売したりする体験を通して、地域に貢献する態度や主体性、協調性等を育み、販売することで地域の人々と関わり、これまでの学習の成果を得ると共に、地域の一員として自己の生き方を考える機会にする目的で、庄原市役所西城支所前の駐車場で弁当の販売を実施されました。

当日、生徒は早朝より販売の準備行い、11時40分から販売としていましたが、販売開始前から振興センター横の道路の奥まで多くのお客様が並び、開始からわずか10分で完売となりました。お弁当を手にならなかった方も、生徒の努力を讃えておられました。生徒も前日よりご協力をいただいた農協女性部や、食材を提供いただいた皆様に感謝の思いを伝えていました。



*次号では、2年間にわたる総合学習の取り組みや、弁当販売後の発表会の様子をお届けします。

コスモスカフェ 「ためになる」「楽しい」ひと時を！！

西城保健福祉センター「しあわせ館」で、11月5日(毎月第1木曜日13:30～)コスモスカフェがありました。

1. 西城病院出前講座
介護予防の体操



2. 家庭で出来る高齢者の感染予防(全部で12項目紹介)

- 手洗い・うがい・換気
- 質のいい睡眠を！
- 家に閉じこもることがないように。
- 毎食後の歯磨きやうがいを欠かさない。 など

3. 紫水高校生お楽しみコーナー

4. おしゃべりタイム

○寒さで身体が固まるこの季節に身体がほぐれる体操を、そして、紫水高校生お楽しみコーナーで笑ったりして「ためになる」「楽しい」ひと時を過ごしました。

《コスモスカフェとは》

認知症になっても、住み慣れた地域で暮らし続けることができるように**誰もが気軽に立ち寄ることができる場所**です。

- ・安心できる場所
- ・地域住民の相互交流
- ・認知症の正しい理解を提供される集いの場です。

健康寿命向上セミナー

～わしでもできる うちでもできる～ (第3回西城会場 11月20日開催)

第3回目は、栄養改善教室として20名の方が参加され、始めにシルバーリハビリ体操を指導士新田佐津子さん、曾利雪子さんにより、足・腰・首と体をほぐしました。次に、管理栄養士 原 明美氏を講師に招いて、まず手洗いの仕方(チェッカーで確認)、「低栄養」にならないために3食きちんと食べること、主食・主菜・副菜の揃った食事、特に肉・魚・卵・豆腐などの「たんぱく質」が不足しないこと、水分をしっかりとること、また、10食品群チェックリストにより、1日何品群食べたか日々の管理などの講義をしていただきました。



西城紫水高等学校「地域貢献活動」で帝釈自治振興区を取材 11月19日(木)

今回は、西城町に隣接する東城町の帝釈自治振興区の取り組みを取材しました。

帝釈自治振興センターで地域マネージャー(前局長)の八谷さんから振興区の取り組みの概要や、現在進行中の「帝釈版:地域包括ケアシステム」また、東城地域で取り組まれている「東城木の駅プロジェクト」などについて資料を用いて詳しくお話を伺いました。



帝釈自治振興センター



東城木の駅 貯木場



八谷地域マネージャ 大神局長 中谷局員
中元君 表 振興区会長

帝釈においては、少子高齢化に危機感を抱き、自治振興区が音頭を取る形で住民主導型の「地域包括ケアシステム」が始まっており、八谷さんからは、「帝釈には病院はないが、巡回診療車や訪問看護等のサービスがある」ことや、「地域住民の力を合わせて取り組みを進める」ことなどを教えていただきました。また、「仕事をする上での心構えは？」という中元君の質問に対しては、「地域を愛し、地域を誇りに思うこと」との力強い言葉をいただきました。

帝釈自治振興区の皆様、お忙しい中ありがとうございました。ともに頑張りましょう！

町の元気！ イチオシ

今年

「ヒバゴン出沒から50年」

「ヒバゴン50周年」実行委員長の
西城町観光協会会長 山口和男
さんにお話を伺いました。

町内の、頑張ってキラキラ輝いておられる人や、めずらしい、面白いものに目を向け、町の皆さんに紹介しています。

ヒバゴン伝説の始まりは？

1970年7月から8月にかけて、西城町油木の比婆山のふもと付近で「怪物を見た」という目撃情報が相次ぎました。「猿にしては・・・」「人間の顔だちに・・・」「ゴリラに似た・・・」等の証言から、「類人猿か？」などと、とても怖い怪物と言われるようになりました。

目撃者に多くの取材や、また、正体を突き詰めようとした多くの類人猿調査隊が押し掛けたため、旧西城町役場では「類人猿相談係」を設置され対応にあたられました。出沒から5年を過ぎるころ、目撃情報は途絶え、ヒバゴンが世間を賑わすこともなくなりました。

人間への直接被害が無かったこともあってか、「ヒバゴンは何者でもいい。どこかで元気でいてほしい。」という声もささやかれ、三坂の前田忠範さんの考案されたヒバゴンの可愛いイラストとともに、ヒバゴンは、今もロマンめいて町を元気づけてくれています。

足跡

今年、謎の類人猿ヒバゴン出沒騒動から50年の節目に当たり、庄原市役所西城支所・備北商工会・西城自治振興区・八鎰自治振興区・西城町観光協会からなる実行委員会が開設されました。

実行委員会は、観光振興と地域おこしを狙って「ヒバゴン50周年事業」を企画しました。記念イベントなどを企画し、西城を大いに盛り上げていきたくったのですが、新型コロナウイルス感染拡大で計画どおりに行う事ができなくなりました。それでもできることをしようと、記念グッズの販売、町内の観光スポットを巡るオンラインツアー(PR動画配信)、そして、40周年の際に庄原市役所西城支所が作成した「ヒバゴン本」の改訂版発行を予定しています。今年度中に発行できればと考えています。



山口実行委員長と
記念グッズPRポスター

これからは？

ヒバゴンのイラストは、2013年から庄原市の公式ロゴマークに採用され8年になります。これまでも怪物から進化したように、これからも庄原市の顔として、観光振興や地域を引っ張る力強い味方になってくれることでしょう。なお、記念グッズ(タオル、Tシャツ)は、「西城エキナカ」にて販売しています。
* 今後もヒバゴンは、西城のみならず庄原市の顔として益々進化し、地域おこしの担い手として活躍してくれるものと信じています。

自治会長さんにインタビュー (大戸自治会長 森長 康之進さん)

今回は、大戸自治会長さんにインタビューさせていただきました。

1. 特色ある活動は。

紫陽花公園部主催の大兼池アジサイ公園の整備・花見会・青年部主催のとんど祭り、女性部主催の食事会等交流会、寿会部主催の研修会・泥落とし・忘年会・ふれあい広場・大戸小学校跡地の維持管理・大戸集会所の維持管理。

2. 地域の困りごと、課題は。

人口減少と高齢化により、様々な活動の存続が危ぶまれる状況にあること。

3. 地域の自慢など。

アジサイ公園の整備をはじめ、自治会・各部の諸活動では、自治会員が協力的であること。6月下旬から7月にかけて綺麗なアジサイの花が咲き、華やかな気持ちになれること。

4. 今からやりたいことは。

新型コロナウイルス感染が早く終息して、アジサイ公園の花見会などができるようになること。

5. 自治振興センターへの要望など。

引き続き、自治会活動へのご理解とご支援をよろしくお願ひします。

