

帝釈自治振興区 しんこうセンターたより



第 342 号
〔令和 6 年 9 月 4 日〕
発行：帝釈自治振興区
電話：6-0055 (FAX 兼)

E-mail : taishaku@vesta.ocn.ne.jp
HP : http://taishaku.server-shared.com/

これからの主な行事予定・施設利用等

9月 4日 (水)	行政文書		
9月 4日 (水)	帝釈包括ケアネット連絡会	13時30分	
9月 5日 (木)	パソコン教室 (エクセル)	13時30分	
9月 7日 (土)	時悠館講演会	13時30分	時悠館
9月 9日 (月)	市政懇談会	19時	東城支所 3階
9月14日 (土)	べっぴん会	19時30分	
9月18日 (水)	もみじまつり実行委員会	19時	
9月18日 (水)	役員会		(もみじまつり実行委員会終了後)
9月19日 (木)	行政文書		
9月19日 (木)	パソコン教室 (エクセル)	13時30分	
9月25日 (水)	かじかクラブ	13時	
9月28日 (土)	帝釈峡ナイトシアター	18時30分	まほろばの里
10月 3日 (木)	パソコン教室 (ワード)	13時30分	
10月 4日 (金)	行政文書		
10月 6日 (日)	帝釈峡ライトアップ	15時	神龍湖
10月13日 (日)	東城地区総合スポーツ大会	8時	
10月17日 (木)	東城町自治振興区親睦グラウンド・ゴルフ大会	8時30分	東城中央運動公園
10月18日 (金)	行政文書		
10月19日 (土)	ふれあい東城まつり	ふれあいステージ	10時30分 文化ホール
10月20日 (日)	ふれあい東城まつり	イベントステージ	10時 東城小
その他の教室	スタンドグラス教室 (9/29)	箏曲教室 (9/6 9/20)	
	グラウンド・ゴルフ (9/7 9/12 9/21 9/26)		

東城町自治振興区親睦グラウンド・ゴルフ大会の開催 10月17日 (木)

地域住民の社会参加活動と生涯学習推進のため地域を越えて広く交流し心身の昂揚と発展を目的に、グラウンド・ゴルフ大会を開催します。皆様の積極的な参加をお待ちしています。

日時：10月17日 (木) 8時30分 受付

場所：東城中央運動公園陸上競技場 (庄原市東城町川東)

日程：9時 開会式……開会式終了後 競技開始

申込：9月27日 (金) までにセンターまで (6-0055)

費用：一人500円 (賞品代等の経費、昼食なし)



帝釈峡ナイトシアター開催 『ミニオンズ フィーバー』の野外上映！！

名勝・国定公園帝釈峡記念事業として、野外スクリーンでアニメの上映をしますのでご来場ください。詳しくは次回案内いたします。

日時：9月28日 (土) 18時30分～

場所：まほろばの里 キャンプ場・屋外ステージ



夏の環境整備を実施しました 8月25日(日)

旧帝釈小学校の夏の環境整備を実施しました。

この日は、曇りがちで直射日光は当たりませんでしたが、湿度が高く少し動くと汗が流れてくる暑さでした。

草刈りの後は植木の大きく伸びた枝の剪定を行い、校舎前は風通しよくなりました。

参加いただいた皆様、大変お疲れ様でした。



雨連のおばあちゃんの絵画『百歳』 (全国高等学校総合文化祭) 美術・工芸部門の奨励賞を受賞

昨年、百歳になられた雨連の田邊文恵さんのひ孫にあたる田邊麻耶さん(高三)の絵画作品『百歳』が、岐阜県で行われた第48回全国高等学校総合文化祭※1において奨励賞を受賞されました。

繊細な筆遣いでおばあちゃんへの愛情がとても感じられる作品です。受賞おめでとうございます！！

※1 全国から各都道府県を代表する高校生が集結し、美術作品の展示や演劇・音楽の舞台発表などの芸術・文化を披露する、日本の高等学校の文化の祭典。文化庁、全国高等学校文化連盟などが主催。



作品『百歳』

帝釈地域グラウンド・ゴルフ大会 9月1日(日)

帝釈地域グラウンド・ゴルフ大会を、総勢40名が参加され旧帝釈小学校で開催しました。

大型台風が去った暑い日でしたが、それに負けず劣らず熱い戦いでしたが、試合の合間には和気あいあいと話がはずむ楽しい大会となりました。

団体優勝は『山中下』チーム、個人戦は男性が竹渡の表良則さん、女性は山中下の小塩麗子さんでした。おめでとうございます！！



【個人戦 男性】
優勝 表 良則さん
準優勝 津村 源郎さん
3位 横山 利昭さん



【個人戦 女性】
優勝 小塩 麗子さん
準優勝 瀧口 裕子さん
3位 横山 文枝さん



【団体戦】
優勝 山中下
準優勝 竹渡
3位 未渡



もみじの丘帝釈だより

社会福祉法人
東城有栖会

令和 6年 9 月号



小規模多機能型居宅施設もみじの丘帝釈

〒729-5244

広島県庄原市東城町帝釈末渡 2022-2

電話 :08477-3-4005

FAX :08477-3-4006

Eメール :momiji@alice.or.jp

8月のメイン行事「そうめん流し」

暑さに負けることなく利用者様も、見事な箸裁きでお腹一杯食べられていました。



もみじの丘帝釈では、日頃お世話になっている皆様に感謝を込めて、「感謝の集い」を開催しました。久しぶりに地域の方と話が出来、利用者様も大変喜ばれました。来年は10周年を迎えます。



今月の行事とレクリエーション

『大谷翔平を越えろ バッティングゲーム!』各曜日で対抗して、利用者様 12 名で競い合いました。結果は各曜日の利用者様ほぼ同点でした。

今月から健康感謝の作品展示に向けて『スノードーム』作りに取り組みました。



8月のもみじサロンと次回予定

もみじサロンでは「文字カードゲーム」にチャレンジしました。41枚のカードをいできるだけ多くの言葉を作るゲームです。最高 17 個作ることが出来ました。その他にもルールを変えて、頭の体操に取り組みました。来月は 9 月 22 日(日)の予定です。



健康に役立つひと口講座 今年の夏は猛暑でした～夏バテを引きずらずに秋を迎えてください。

9月を迎え「秋バテ」と呼ばれる症状をご存じでしょうか？

秋バテの主な症状として

・体がだるい・疲れやすい・食欲がない・胸焼けや胃もたれ・肩こりや頭痛がする・無気力・顔がくすむ・眠れない・めまい、立ち眩み 3つ以上当てはまると、秋バテの可能性がります。

秋バテ予防と対策として

① 1日3食、できるだけ同じ時間帯に食事を摂る。②ゆっくり噛んで食べる。③体を温める食べ物やビタミン・ミネラルの豊富な食べ物を摂取する。④朝は紙コップ1杯の白湯を飲む。

自律神経の乱れや冷えが秋バテの主な原因になるようです。バランスの良い食事を摂るには「酢」を毎日大さじ1～2杯取り入れるなど工夫して食欲を促してみてもいいかもしれません。