



QRコードから過去の振興区だよりがご覧になれます。



## 大久保東自治会

## 新年行事



## とんど焼き



## 川手下自治会

### 1月役員会報告

(1月28日) 協議事項等は次の通りです。

#### 議題

- (1) 令和6年度重点事業の取り組みについて
- (2) 令和6年度防犯研修会について
- (3) 令和6年度福祉関連団体合同研修会の開催について
- (4) 自治会活性化補助金に関する審査会について
- (5) 令和7年度重点事業(案)について
- (6) 令和7年度主な事業計画(案)について





# 無病息災を願って



川手上自治会



石丸自治会

# とんど焼き



大胡自治会



紅屋自治会

実業通り自治会



美湯ハイツ自治会





大黒上自治会

# 新年行事も

## 行われました！



永末自治会



宮内自治会



新道上自治会

新道上・新道下自治会



西下自治会





# 認知症予防教室

1月23日(木)「フレイル予防ってな～に?」「認知症について」の研修会がありました。  
フレイルは、高齢期に心身の活力を含む生活機能が低下し要介護状態となる危険性が高い状態のことを指します。

認知症については、庄原同人病院の看護師の方からお話を聞きました。

その中で、認知症状の方との関わり方で注意すべき次の8つのポイントが挙げられました。

- ・頭ごなしに叱る ・細かく指摘する ・行動を制限する
- ・大きな声を出す ・子ども扱いする ・命令する
- ・家に閉じ込める ・役割を取上げる

皆さんも、普段の生活を思い返しながら気を付けましょう。

また、認知症予防として効果的なことは、

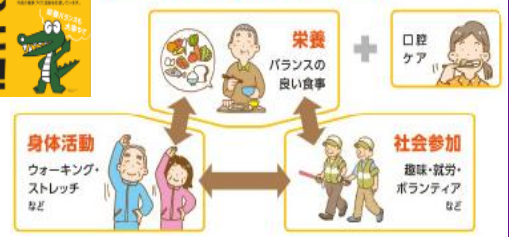
- ・家族隣人社会との人間関係を普段から円滑にしておく
- ・脳血管を大切にする ・食生活を整える ・運動を心掛ける
- ・活動思考を端緒にしないよう努める ・自らの健康管理に心掛ける等が挙げられます。

認知症状は、本人だけでなく家族にとっても戸惑いは大きいものです。

不安に感じたら、かかりつけ医や友人・周りの方にも相談してみましょう。



## フレイル予防の3つの柱



## 庄原保育所に サンタクロースがやってきました!

子どもたちは朝から「サンタさん来るかな～?」とそわそわしてとても楽しみな様子でした。サンタさんに会えた子どもたち、一緒にダンスもして、よい思い出の一つになったのではないのでしょうか。



### 3月の振興区主催行事予定

- 11日(火) 理事総務企画室合同会議 13:30～
- 17日(月) 上野池クリーン作戦 13:30～
- 18日(火) 環境美化防犯パトロール 9:00～  
(石丸・柳原・西県住・大歳県住の自治会長)
- 25日(火) 役員会 13:30～

毎週1回「あいさつ・声かけ運動」  
 主催:庄原地区青少年健全育成協議会



### 編集後記

立春も過ぎ、幾分春らしい陽気が漂うようになりましたが、まだまだ寒さ厳しく体調管理には注意を必要とするようですね。

先般、「備後庄原駅」で庄原市の景観をあしらしたラッピング列車「庄原さとやまトレイン」の運行開始に先立ちお披露目がありました。主に三次・備後落合間を運行されます。

どの時刻の列車かは日々によって違い、運任せではありますがお目にかかるかもしれません。皆さんも、芸備線存続運動の一助に機会があればぜひ利用されてはどうでしょうか。



板倉 記