

本村自治振興センターだより

あんしん

令和4年 12月

来春の【とんど焼き】についてお知らせ

毎年恒例のとんど焼きを行いたいと思います。

正月飾り物等の焼き上げのみとし、センターでの飲食はありません。

来年度の干支、卯年の生まれの方(年男・年女)がいらっしゃいましたら、是非、点火のご協力をお願い致します。皆さんと一緒に無病息災を願いたいと思います。

日付	2023年1月15日(日)
時間	午前9時より点火予定です

※新春放談会は新型コロナウイルス感染予防のため、中止とさせていただきます。

自治振興センター休館日のお知らせ

平素より、センター利用の際には、何かとご協力いただきありがとうございます。

2022年12月28日～2023年1月4日まで年末年始の為、休館となります。

ご利用の希望がある方は、お早目に申し込みをお願いします。

令和5年度 振興区役員改選についてのお願い

令和5年度、区長、自治会長が任期満了により改選の予定です。

自治会長は各自治会での選出方法をお願いします。

区長については、自選・他選どちらでもいいので、立候補等をお願いします。

締切り 1月末日

尚、事務局長も同様に募集しますのでよろしくお願いします。

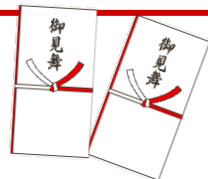
第1回 庄原市自治振興区連合会グラウンド・ゴルフ大会 参加

今年度より新たな試みとして庄原市自治振興区連合会(各振興区の総括部署)主催のグラウンド・ゴルフ大会が行われました。庄原市の自治振興区が一堂に会し、他地域の区民と親睦と交流を図るとともに健康増進を図る目的で開催されました。本村自治振興区からはグラウンド・ゴルフクラブに所属されている5名(森元淳三さん、朝倉英二さん、朝倉早苗さん、櫻井伸洋さん、櫻井宏恵さん)が参加してくださいました。女性が1名足りず、団体戦への参加はできませんでしたが、皆さん個人戦で頑張ってくださいました。

庄原市にある22の自治振興区のうち20の振興区が集まり、総勢118名の参加となりました。ランダムで6人1チームとし、3ゲームプレイで回る試合となりました。最年少58歳、最高齢90歳でしたが、シニア世代の70~80歳代が多く、皆さん元気よくプレイしていらっしゃいました。残念ながら本村勢は入賞にはなりませんでした。皆さんそれぞれに健闘し、切磋琢磨してくださいました。本当にお疲れ様でした。そしてありがとうございました。



一人暮らし高齢者のお見舞い



今年度も、本村地区社会福祉協議会より、一人暮らしの高齢者の方へお見舞渡しを実施しました。生活環境や安否の確認のため、民生委員さんや相談員さんに対面でお渡ししていただきました。認知症や生活意欲の低下、病気の有無、困りごとなど、一人暮らしの継続が困難になっていないかなどを会話と目視で確認していただきました。病気やけがの際に発見が遅れると、そのまま孤独死につながるケースも増えてきているためです。施設に入居された方には、病院側の規則(新型コロナ感染拡大予防)として面会ができない為、お渡ししていません。

一人暮らしの高齢者が増加していく昨今、地域全体で高齢者を支えていく仕組みづくりの重要性が増しています。「QOL:クオリティ オブ ライフ」生活の質を維持し、日常生活動作を満たすだけでなく、人それぞれが感じる「自分らしく納得のいく生活」を目指し、高齢者が安心して暮らせる環境を作ることが求められています。これは将来高齢者になる現働き盛り世代や、若者世代にとっても大切なことです。同時に、支えられる高齢者側も「迷惑をかけている」と支援を拒まず、積極的に適切な助け・支えをお願いすることも重要なことです。課題を地域全体で考え、将来に生かせる仕組みづくりに取り組んでいく、こうした姿勢が健康寿命を延ばし、地域の一員として暮らし続けられる未来を作ることにつながるはずです。先々の暮らし方について選択肢を知り、自分の希望や行動を考えておくことも大切なことだと思います。

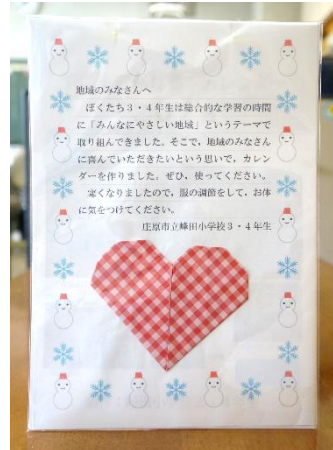
峰田小学校 3・4 年生作 2023 年度カレンダーの配布



「地域活動、地域に貢献できること」と学習の一環で、3・4 年生が制作された来年度のカレンダーをいただきました。地元の中で、自分たちの好きな場所へ写真を撮りに行き、PC を使って編集し、印刷、製本まで全て自分たちでしたものだそうです。昨年いただいたカレンダーがとても好評で、学校へ地域の方から「ありがとう」「うれしい」という声がたくさん寄せられ、子ども達もとても喜んだそうです。今年も地域の皆さんに喜んでもらいたくて制作しましたと、子ども達から教えてもらいました(^ ^)

作る側も、受け取る側も、感謝の気持ちを持ち合い、お互のことを思いあえる心・関係が築け、和を広げて支え合える地域活動はすばらしいことですね。

来年、カレンダーをめくるのがとても楽しみです。



ふれあい給食

12 月に入り冷え込みが一段と厳しくなりました。寒さに耐え、凍死しないために野菜たちは水分を放出して糖分を蓄えます。だから冬の野菜は甘味がありビタミンの含有量も豊富でおいしいのです。

寒さに負けない野菜を食べて、皆さんも風邪や病気をしない体づくりを目指しましょう。



11月24日(木)

ゆかりご飯、筑前煮、焼き塩サバ、茹でブロッコリー、かき揚げ、ほうれん草のゴマ和え、焼きかまぼこ、ポテトサラダ、みかん、だし巻卵、煮豆、酢の物、漬物(2 種)



12月7日(水)

わかめご飯、おでん風煮、かき揚げ、ふくさ卵、根菜とカニカマ・カリフラワー・柚子の酢の物、卵焼き、煮豆、漬物(4 種)、りんご、キウイ

ふれあい給食受給者対象

※65 歳以上のひとり暮らしの方 ※65 歳以上の高齢者世帯のみの方

●1 食 400 円を配食時に徴収しています

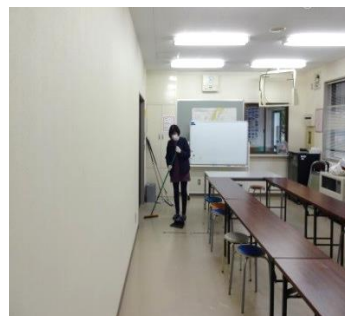
給食をご希望の方はセンターまでご連絡ください。



年末大掃除を実施しました

上谷コミュニセンター(いきいき館)の大掃除をしました

12月4日(日)の8時30分より、運営委員会、各種団体の方々の協力で恒例の大掃除をしました。窓拭き・蜘蛛の巣払い・センター周囲の整理整頓などを行い、きれいになって新しい年を迎えることができます。寒い中参加していただいた皆様、ありがとうございます。
上谷自治会長 富吉 敏明



本村自治振興センターとよもやま館の大掃除をしました

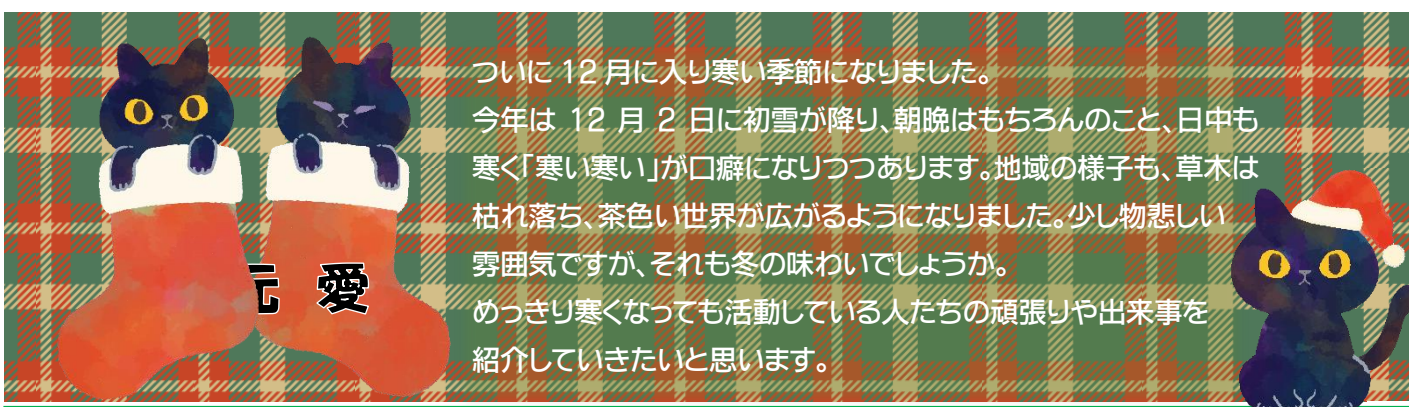
12月9日(金)に本村自治振興センターとよもやま館の大掃除を行いました。寒い中ご協力くださった地域の皆様、ありがとうございます。新型コロナウイルスの感染拡大が庄原市でも増えていることを踏まえ、30分短縮しての実施となりました。雨風で汚れた窓や、黒ずんでいた床など、普段手入れの行き届かない所を掃除していただき、館内外がともきれいになりました。これでまた来年、皆さんに気持ちよく使っていただくことができます。



門松づくりの様子

11月13日の10:00より、区長さん、自治会長さん、センター長さんたちによる門松作りが行われました。あいにくの曇り空で寒い中の作業でしたが、竹を切り出すところから頑張ってくださいました。おがくずや土煙が舞い上がり大変な作業でしたが、皆さん協力し合い力作の門松が出来上がりました。高さ2m30cmくらいの門松になり迫力があります。センター玄関前に飾ってありますので、是非、男のこだわり(??)がつまった巨大いけばなをご覧ください!! (๑) (๓)





ついに12月に入り寒い季節になりました。
 今年は12月2日に初雪が降り、朝晩はもちろんのこと、日中も寒く「寒い寒い」が口癖になりつつあります。地域の様子も、草木は枯れ落ち、茶色い世界が広がるようになりました。少し物悲しい雰囲気ですが、それも冬の味わいでしょうか。
 めっきり寒くなっても活動している人たちの頑張りや出来事を紹介していきたいと思います。

猟師さんの嬉しい季節

11月15日より猟期(狩猟期間)に入り、猟銃会に所属している方たちがざわつく時期になりました。猟犬や猟銃を持ったおじさんたちがアンテナを立てた軽トラやジープで行き来するのを見かけますよね。
 今回はピラミッド付近で箱罠に掛かったイノシシを回収してもらい、ポケットマネーを稼いでいただきました。
 このイノシシは80cm程度でしたが、猟師のおじさんが言うには、先日は100kgを超えるイノシシが捕れたとのこと。毎日こうして何件か罠に掛かったイノシシや鹿を回収していると話を聞きました。猟期に害獣の数が減っても春には子を産みまた増えるの繰り返しです。畑や田など圃場を害獣から守る戦いはこの先も続きますが、こうした取り組みで少しでも希望が持てる瞬間があれば嬉しいですね。



ちなみにこの猟師のおじさん、その場で内臓を出して帰ろうと、いそいそとナイフを取り出してわずか3分、あっという間の早業で、きれいにイノシシのお腹は空っぽになってしまいました。熟練された技とはすごいものだなと改めて感じた次第です。あっぱれでした!

『自動運転トラクター』の実演会がありました

12月11日(日)の13:30より元本村駐在所の川向うにある、是本昌治さんの耕作田にて自動操舵装置付きのトラクターの実演会が行われました。アグログローバル合同会社(日本輸入総代理店)の取り扱いのものを原田農園の原田さんが全国津々浦々を飛び回り、取付作業をしておられます。今回はCHCNAV NX510(自動旋回システム搭載)を取り付けたトラクターでの実演でした。

2mのハローで耕耘域を1m98cmに設定し、かぶり幅が2cm内になるよう自動操縦で耕耘していました。自動操舵の利点は、夜間作業や大きな圃場でもまっすぐ作業が行える。作業の重複や未作業がなくなるので、時間短縮や資材の節約ができる。畝を1本や2本とばして作業ができるので、旋回時間を短縮できる。ハンドル操作が少ないので作業による疲れが少ない。などです。田植機などにも載せ替えが可能なので、1台あれば作業効率が格段にあがります。
 見学に来られた方は皆さん興味津々で、楽しそうでした。



詳しく知りたい方は、搭載済みトラクターを是本さんがお持ちなので聞いてみてください。

**11月の旬の魚
名前当てクイズ
答え合わせ**

- Q,1 鯖(さば) Q,2 太刀魚(たちうお) Q,3 鰯(ひらめ)
Q,4 鯖(さわら) Q,5 鮎(はまち) Q,6 鰯(こはだ・このしろ)
Q,7 鰯(はも) Q,8 鰯(かます)

脂がのって身の締まった魚は美味しいですね。DHA や EPA をはじめとする良質の動物性タンパク質を多く含んだ食材です。魚をよく食べるひとほど心筋梗塞になりにくいという研究結果も出ているそうです。お魚の美味しい時期にしっかり食べて元気を養いましょう。



PICK UP

センターでは書類やチラシなどのコピーができます



- 片面印刷・両面印刷可
- 縮小・拡大可
- 白黒・カラー印刷可
- サイズは B5・A4・B4・A3 の 4 サイズ
- 1枚 10円(サイズやカラー関係なく一律)
- 領収書がある場合は申し出ください。

※ 年賀状やハガキの印刷はお断りしておりますのでご了承ください。

PICK UP

倉岡聖子さん羊毛フェルト・上田智暢さん水彩画展のお知らせ



峰田で羊毛フェルト教室をされている倉岡さんと、水彩画家の上田智暢さんが庄原の町を表す作品を作られ、展示会をされます。よろしければ見に行き応援してあげてください。

日時 令和5年1月8日～10日まで
10:00～15:00
場所 市民ギャラリーアート多愛夢



おくりもの

次の方より本村地区社会福祉協議会へご寄付をいただきました。

香典返し 藤原 玉江 様(故 政明 様/吉備谷)
お見舞返し 田丸 照子 様(野谷)
ありがとうございました。大切に使用させていただきます。

発行日 2022年12月20日
発行元 本村自治振興区
住所 〒727-0623
庄原市本村町 1234-1
TEL 0824-78-2743
Mail hon.jichi@gmail.com

お助けネット 草刈り 1件

編集後記

朝晩が冷え込み、寒さが身に染みるようになりました。皆様は体調を崩されたりしてないでしょうか。さて、今年1年、いろいろな面で皆様と一緒させていただき、ありがとうございました。そして大変お世話になりました。今年は制限緩和もされ、感染対策を実施し、利用者の皆様と行事や各教室を開催することができました。大きな行事などは、感染防止対策として中止せざるをえず、残念な思いをされたこととは思いますが、皆様にはご理解とご協力をいただき、ありがとうございました。結局、コロナに始まりコロナに終わるという、感染対策に悩まされた1年もいよいよ年の瀬となりましたね。時節柄ご多忙のことと思いますが、どうかお身体には気を付けて、元気で良いお年をお迎えください。来年もどうぞよろしく願い致します。

