

あ お だ け

みねた大好き 咲く夢・咲く花・咲く笑顔

発行 第144号

2019(平成31)年 3月20日
庄原市峰田自治振興区 TEL 78-2849

今年も **スイセン**の花が春の陽ざしを受けて咲きました

各地域のスイセンロードを散策してみませんか♥



研 修 会 参 加 報 告

3月12日(火)、市社会福祉協議会、共催庄原市自治振興区連合会の「地域課題をピンチと捉えずチャンスに変える！」発想で故郷づくりを進められている、山口県山口市阿東地福「ほほえみの郷トイトイ」への視察研修に、振興区から山田、原田の2名が参加しました。阿東地福地区は人口1,269名で、高齢者、団塊の世代、子育て世代の方々が抱えている不安も、ともに地域が共有し知恵を出し支え合いながら協働により解決していくことで、笑顔で安心して暮らせる地域づくりを目指した取り組みの現状を聞きました。現在峰田自治振興区で取り組みを進めている「ほほえみ 峰田」と照らし合わせて視察することができました。峰田にない取り組みとして、移動販売や買い物+コミュニティカフェや惣菜加工販売や産直野菜の出荷など高齢者の生きがいがいづくりに取り組まれた経過を聞くことができました。10年前に地区内唯一のスーパーが閉店した跡地に、地域のよりどころとなる拠点をつくり、地域課題を自分たちで解決することで安心して暮らし続けることのできる故郷をつくり、地域の自信と誇り取り戻す取り組みが始まったそうです。現在はNPO法人「ほほえみの郷トイトイ」として思いをつなぎ、伝統・歴史を守り、地域拠点の核となる未来に向けて取り組みが続いています。逆転の発想の必要性を知りました。



「トイトイ」とは、阿東地福地区で、古くから伝わる五穀豊穡や家内安全を願う行事で、子ども達が主役の行事で、毎年1月14日の夜に行われています。わらで作っておいだ馬をかごに入れて各家庭の玄関先に置き「トイトーイ」と叫び物陰に隠れて家の人が出て来るのを待ちます。・・・峰田の「トラヘイ」の伝統文化と同じようです。

健康寿命向上セミナーの開催報告

2月15日（金）13時30分から、平成30年度 一般介護予防事業（介護予防普及啓発事業）は、庄原市の委託事業として、庄原市社会福祉協議会主催で開催されました。

当日は25名の参加があり、「認知症予防教室」として、健康寿命向上のため「自分たちができること」について研修をしました。

前半は、シルバーリハビリ体操指導士の國本加代子さん山下明子さんの指導で、体も心もほぐれ椅子に座ってでも毎日続けることがコツ。

後半の講座では、認知症ケア第一人者の和田行雄さんの飛び入り講座で、認知症予防の基礎の基礎を学びました。

認知症になるには原因となる疾患がある。80%脳の変形疾患（アルツハイマー病など）15%脳血管性疾患（脳血栓など）5%（感染症の疾患）。

上記の事から①脳が器質的に変化する。 ②知的な能力が衰退する。

③生活に支障をきたす。（支障がなければ認知症と言わない。）

認知症にならないためには、

①病気にかからない。ただしアルツハイマー病は原因がわからない部分がある。

②脳梗塞に罹らない方法として、・身体に悪いことは避ける。生活習慣病の予防と管理を行う。・身体に良いことをする。・サロン・趣味の会・散歩・グラウンドゴルフなど「地域の力」を借りる。・歯を大切にする。・人と会う。（会話を交わす）などを実践から始めようと、指導を受けました。



グラウンドゴルフ同好会 3月大会開催

3月12日（火）、田総の里スポーツ公園で開催されました。成績は次のとおりです。（敬称略）

優勝	元家規雄	○ホールインワン	4回	元家規雄
準優勝	宮脇勝人	○ホールインワン	1回	宮脇勝人 田邊ケイ子
第3位	岡本文男			國本加代子 早田義範
B・B賞	福場初美			

【自主防災通信】4月1日は「峰田地区の防災の日」です。取り組みましょう。「みんなで減災」！！



4月のテーマは「災害時緊急連絡網の確認をしよう。」

（地域での安否確認）」です。

～家族や常会等で話し合いをしましょう。

3月のテーマ「避難経路の確認をしよう（避難場所への行程）は・・・確認できましたか？

みねた特産品のキャッチフレーズ

「母の日」は芍薬の花 「父の日」はクロモジ茶を贈りましょう！

みねた特産品生産組合活動状況

(1) 芍薬部会



2月号でも報告しましたが、2月19日(火)の臨時部会では、集荷・販売班から、1月22日(火)訪問したJA全農ひろしま農畜産物販売所「とれたて元気市」の視察報告がありました。過去に販売実績もあり、商圏2万戸、産直販売所として期待が持てそうです。春肥からスタートした今年も苗の育成に努めますが、切り花タイミングの検

証同様に、まずは32年度の本格出荷へ向けた第1歩にしたいと思えます。

(2) クロモジ部会

今年も茶づくり（4月の材料採り、5月の加工）の季節が近づいてきました。今年も地域の方々に健康をお届けしたいと、葉・枝の両方頑張って作ります。昨年「ふるさと祭」で紹介したクロモジ焼酎レシピも静かなブームを見せています。健康がキーワードなのか、焼酎好きの方にファンが多いようです（焼酎がまるやかになって美味しいです。）



30年度峰田地域包括ケア会議「ほほえみ」より

みんなで考えよう！ これからの人生！

今年度最後の包括ケア会議「ほほえみ」を2月26日（火）開催しました。

31年度に向けて、目的・活動計画・会議日程・構成員・自主防災組織／お助けネット峰田の運用やその活動背景としての役割分担の考え方等について意見交換しました。31年度引き続き活動する「ほほえみ」に生かしていきたいと思えます。

また、11月の「ほほえみ」で決まった「緊急連絡シート」の進め方についても話し合いました。3月から告知・設置を進めて行きたいと考えています。対象者（希望者・後期高齢者世帯・ひとり暮らし世帯）には、担当される方（自治会長・班長等・民生児童委員・ひとり暮らし高齢者等巡回相談員）からお話があると思えます。よろしくお願ひします。





2月の依頼状況は	16件
2月の支援状況は	16件
・ゴミ出し	12件
・その他簡単な手伝い	4件

※ 困りごとがあれば、迷わず、振興センターへお電話ください。(☎ 78-2849)

【お申し込み受付け】

月曜日～金曜日 9時～17時(祝日を除く)

※押し車、車いすの無料貸し出しをしております。ご利用の方は振興センターへご連絡ください。

各教室 新会員募集 (敬称略)

教室・サークル	定例会	備考	教室・サークル	定例会	備考
カラオケ教室	第2木曜日 19:00～	講師 岡崎勝之 代表者 飴野弘子	民謡教室	第1・3水曜日 13:30～	講師 安永 幸 代表者 田邊ケイ子
生花教室	第4金曜日 10:00～	代表者 山田佑子	趣味の会	第2金曜日 13:30～	代表者 田邊尚子 材料費は個人負担
絵画教室	第1火曜日 9:30～	代表者 三谷紀子	写真同好会	年4回	代表者 広谷重信
茶道教室	月末火曜日 10:00～	代表者 須澤ヒフミ	新スポーツ会	第2・4金曜日 20:00～	代表者 須應みどり 於：峰田小体育館
珠算教室	第1・2・3木曜日 16:00～17:00	講師 庭谷哲子 授業料 月 3,000	リズム体操	第2土曜日 13:30～	講師 石井克子 代表者 山田佑子
古文書の会	第3・4火曜日 13:30～	講師 上田輝馬 代表者 永田尚子	3B体操	第1・3火曜日 19:00～	講師 正門恵美子 代表者 宮脇みつ江
峰田民俗の会	第2火曜日 13:30～	講師 上田輝馬 代表者 永田尚子	グラウンド ゴルフ同好会	第2火曜日 9:00～	代表者 永山眞佐範 於：田絵の里
山野草生花教室	月1回 19:00～	代表者 岡本裕恵	子ども習字教室	第2・4木曜日 15:00～	講師 須澤ヒフミ 代表者 岡本幸恵
囲碁将棋教室	第2・4水曜日 13:00～	代表者 倉石憲良	子ども書道教室	第1・3金曜日 16:00～20:00	講師 須澤ヒフミ 代表者 岡本幸恵
青嶽太鼓同好会	毎週水曜日・土曜日 19:00～	講師 若林敬治 於：峰田小体育館	書道教室	第1・3金曜日 19:00～	講師 須澤ヒフミ 代表者 岡本裕恵

※入会・問い合わせは、各教室の代表者、又は峰田自治振興区(78-2849)へ

放課後子ども教室を卒業する児童に、記念品が贈られました。

3月22日(金)平成30年度放課後子ども教室では卒業される6名の児童に、記念品の時計が贈られました。



峰田自治振興世帯数と人口							
平成31年1月末現在							
世帯数		男 人数		女 人数		合計 人数	
12月	1月	12月	1月	12月	1月	12月	1月
287	288	306	306	322	322	628	628

編集後記 道端のスイセンの花が心暖かくしてくれています。「あおだけ」が届くころには、各地の桜の開花宣言も届く頃でしょう。季節の行事等投稿いただきありがとうございました。素晴らしい、素敵な春が来ることを願っています。