



8月の依頼状況は 34件  
8月の支援状況は 34件

- ・ゴミ出し 14件
- ・草刈り 5件
- ・パソコン画像処理等 9件
- ・除草剤散布等 3件
- ・自家用車利用の送迎 1件
- ・庭木の剪定 1件
- ・屋根の修理 1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】

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。

### 健康寿命向上セミナー (第1回目)

8月22日(木)、午後6時30分から峰田自治振興センターで庄原市社会福祉協議会主催の、健康寿命向上セミナー「栄養改善」教室が開催されました。

山下明子さん・國本加代子さんの指導によるシルバーリハビリ体操から始まりました。

又、嚥下を強化するための“**ぱたか**”の発声練習をしました。大きな声を出すことは肺活量を増やし、誤嚥を予防するとのことでした。

次に、原明美管理栄養士による、加齢とともに認知・運動機能の低下を少しでも防ぐために、10食品群チェックリスト表を作成し1日10品目を摂取しましょう。

当日は26名の参加がありました。家庭でも出来る取り組みを再認識しました。

### 健康寿命向上セミナー (第2回目)

9月5日(木)、午後1時30分から健康寿命向上セミナー「運動機能向上+口腔機能向上」教室が開催されました。当日は16名の参加がありました。

大背戸まりこ健康運動指導士・寺平陽子保健師による介護予防は、元気なうちから楽しく取り組むことが大切で「元気で過ごせるためのコツ」を、お話しされました。

健康寿命に大切な**3つの柱**

- ・運動……………適度な運動(ストレッチ、ラジオ体操など)
- ・栄養(口腔)…食べることでできる口  
(咀嚼(そしゃく)能力を高める)  
(口のお手入れ、口腔体操、おしゃべり、歌う事等)
- ・社会参加……………サロン、集まりの場(人と接する場)

### 峰田自治振興区からのお知らせ

次の方からご厚志をいただきました。厚くお礼を申し上げます。

篤志寄付 盆おどり実行委員会 様

香典返し 赤川上 矢吹 貴哉 様 (故 義昭 様)

いただきましたご厚志は、ご趣旨を大切に地域振興と社会福祉に活用させていただきます。

峰田自治振興区世帯数と人口

令和元年7月末現在

世帯数		男 人数		女 人数		合計 人数	
6月	7月	6月	7月	6月	7月	6月	7月
285	283	296	292	316	315	612	607

編集後記 朝夕は涼味が加わり、凌ぎやすくなってきましたが、日中はなお暑い日が続いています。田んぼでは、黄金色の稲穂がたわわに実り、すでに収穫が始まりました。今年は8月下旬から秋雨前線が停滞し、その影響で長雨が続いたため、例年よりも稲刈りが遅れています。この時期、農家は収穫作業で多忙な日が続きます。けがや事故防止には十分に留意して、農繁期を乗り越えましょう。

## 青嶽山環境整備について

10数年前に始めた青嶽山環境整備は、当日峰田小学校に集合してから移動して作業に入っていました。効率よく作業を実施するために、2区分に分け、さらに7区分に、今日の4区分での作業が定着してきていましたが、本年度6月の青嶽山環境整備実施後に自治会から、高齢化等が進み作業が出来なくなりつつあるし、各班で大きな差がでてきた。終了時間の差も大きくなっているのので、再検討して欲しいとの声が上がりました。

役員会で検討し、振興区会議で提案し了承を得て、今年8月実施から次のように取り組むことにしました。当分間は、今の4班体制で実施を続けさせていただきます。

問題解消については

- ・青嶽山環境整備については、参加者全員で作業に当たることを原則にする。
- ・自分の区域が時間内に終了すれば、隣の区域の作業を手伝うことにする。
- ・作業時間を、現場到着～9時30分とする。(進捗状況を見て、本部より指示を出す。)
- ・今年の作業については、6月と8月に設定していたが、落葉の処理等の作業量を平均化するために、来年度は6月と11月に実施を試行してみる。

以上の点を確認して、8月25日(日)に実施した結果、いつも作業時間がかかる側溝の落葉上げも短時間で済ますことができ、9時前には終了しました。

ご協力ありがとうございました。

## 庄原法人会・庄原中学校主催講演会“ようこそ先輩”が開催

8月21日(水)庄原中学校体育館に峰田小学校出身の岡本由香さん(峰田町)と山田真紀さん(庄原市)による、トーク形式の講演会が開催されました。

峰田小学校時代に岡本さんを指導してきた宮脇勝人監督は、当時を振り返りながら次の様に話してくれました。「峰田小学校1年生のとき兄が所属している峰田少年野球と一緒に来てボール拾いから始めたそうです。キャッチボールをするうちに、どんどん上達していったそうです。部員不足もあって、3年生からは、レギュラーで試合に出場したそうです。野球センスを持ち合わせており、何よりも足が速かったこと、練習は休むことなく続けたそうです。」

庄原中学校では、ソフトボールクラブがなく、陸上部に入っていたそうです。

庄原格致高校では、ソフトボールクラブに入部し、活躍しました。

大阪国際大学に進学して、俊足を生かすために左バッターに替えたりして頭角を表し、大学日本代表にも選ばれ、準優勝に貢献しました。

実業団「太陽誘電ソルフィュー(本社)」で活躍しました。

庄原中学生にむけて、「夢に向かって努力を続けよう。」と語りました。当日は、地元の方の皆さんも多く会場に来ていただきました。ありがとうございました。



## 【環境人権部】 ポイ捨て防止パトロールを実施

不法投棄・ポイ捨て撲滅を目指して、全自治会が年間2回のパトロール・清掃活動を実施しています。同時に数本の幟を立てて通行人の意識を高め、活動が続けることによってポイ捨ての量が減少していくことを願っております。



津山自治会 8月12日



赤川自治会 9月1日

## 青嶽山環境整備作業を実施

8月25日(日)、午前7時30分から各自治会等120名の方々が青嶽山の草刈り・整備作業をしてくださり、おかげさまでとてもきれいになりました。

ご協力ありがとうございました。



## 里山公園環境整備作業を実施

9月8日(日)、午前8時より発展自治会・誠心自治会の皆さん30名が里山公園の草刈り作業をされました。

大変きれいになりました。

皆さんありがとうございました。



## 【老人福祉部】

9月6日(金)、第12回庄原市老人クラブ連合会主催のグラウンドゴルフ大会が総領町田総の里スポーツ公園で開催。市内から32チームの参加がありました。

峰田地域からも2チーム12名が参加しました。暑い中お疲れ様でした。

### グラウンドゴルフ同好会 9月例会開催

9月10日(火)、田総の里スポーツ公園で開催。成績は次の通りです。(敬称略)

優勝	元家 規雄	○ホールインワン	1回	國本加代子
準優勝	永山眞佐範			永山眞佐範
第3位	早田 義範			谷口 愛子
当日賞	谷口 愛子		3回	元家 規雄
B・B賞	國本加代子			

【自主防災通信】 10月1日は「峰田地区の防災の日」です。取り組みましょう。

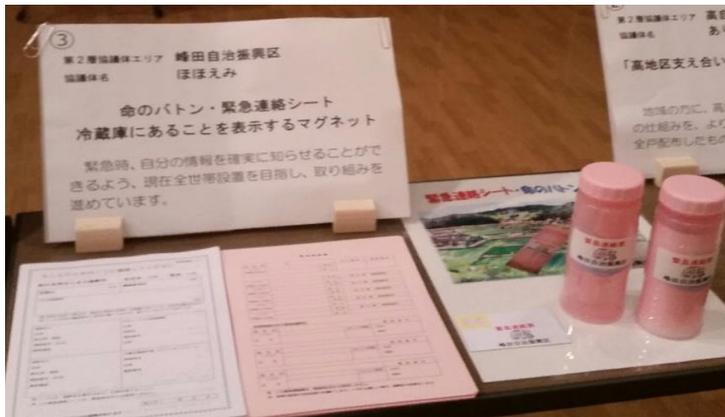


10月のテーマは「火気使用設備器具整備及びその周辺の整理整頓はできていますか」です。

9月のテーマ「可燃物危険物品の保管状況はどうですか」

庄原市自治振興区連合会のホームページ峰田振興区で月刊広報誌『あおだけ』を読む事が出来ます。この度、お助けネット峰田の広告も掲載しました。この地を離れて都会で暮らされていますご家族、ご親戚、ご友人の方がいらっしゃいましたら、是非とも知らせてあげてください。地域の活動を発信していきたいと思えます。

令和元年度 庄原市生活支援体制整備事業実践報告会（8月31日、口和自治振興センター）がありました。当日は、新坂自治振興区協議体「新坂まごころの会」、高自治振興区協議体「ありがとうの会」、口和自治振興区協議体「ぬくもり会議くちわ」が発表されました。峰田自治振興区は、（命のバトンと緊急連絡シート）を展示しました。



## 第1回 2019みんなつながる地域交流会 参加報告

8月28日（水）午後6時30分から、庄原市ふれあいセンターコパリホールで講演会が開催されました。

講師は小田切 徳美さん（明治大学農学部教授）により「これからの地域づくりと自治組織（自治振興区等）の在り方」について、特に人口減少と少子高齢化が進行する庄原市にあって、いつまでも安心して暮らせる地域をつくるには・・・？自治振興区等を中心とした地域活動のあり方をともに考えます。

特に講師は、以前から広島県とは深い関わりがあり、なかでも安芸高田市・三次市・庄原市にはたびたび訪問されて、地域づくりに指導、助言をされてきたそうです。

本日の講演会の前には、山内自治振興センターと口和自治振興センターを訪問し、特色ある地域の取り組みの様子を見られたそうです。

講演内容には、3つの空洞化（過疎・中山間地域・限界集落）の地域の実態から脱却するには、まず農山村の再定義として「多自然型低密度移住地域」としての新しい価値と仕組みづくりが必要である。その原則として①地域の思いと力で②地域なりに③今までとは違う方法で行い、地域づくりの3要素として①人材②コミュニティ③仕事をあげられ、人口を増やすのではなく、人材の確保であると力説されました。

当日は、質疑応答の時間が設定されていましたが、大雨が予想された為、講演終了と同時に閉会になりました。



