

～神々の棲む里～

田森自治振興区だより

No.211



発行:田森自治振興区(令和2月11日5日)

☎・fax 08477-2-0661

E-mail tamori@vesta.ocn.ne.jp

田森自治振興区フェイスブック QRコード



～田森史学講座（田森村塾第二期）第1回講座を開講しました～

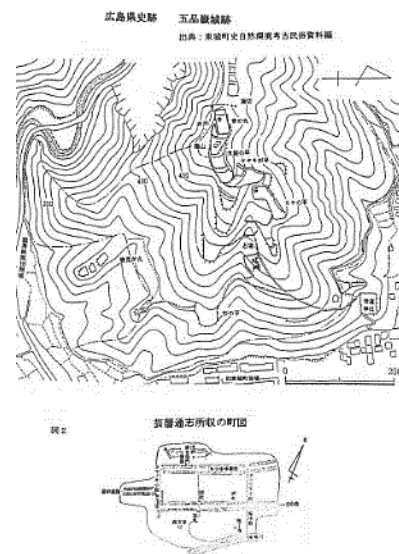
東城の歴史 城下町「とうじょう」

地域の歴史を次世代へ語り継ぐ

秋も深まった10月28日、前庄原市文化財保護審議会会長 藤井岑雄さん（現在新坂自治振興区会長）を講師にお迎えし、田森史学講座が開講しました。

講師の藤井さんは、東城町史の編纂を職員として担当され、まちの歴史を知る第一人者として知られています。

第1回目の講座では、まず中世から近世にかけての町の歴史をみようとして、～城下町「とうじょう」～の歴史をテーマに2時間の予定を超える長丁場で学びました。



内容は、“城下町はどのように誕生したのか? ”、“五本（品）嶽城の概要”、“城主・城名の返還”、“鉄の流通経路”など、歴史に親しみながら学ぶことができました。

藤井さんは、最後の挨拶の中で「歴史を学ぶことは、先人達がどのように努力し、頑張ってきてこられたのか“温故知新”昔のことを知り、新しいまちづくりへ発展させる手掛かりにし、自分の郷土に誇りを持っていただきたい。」と話されました。

参加者からは「豊富な知識がある方からの説明で、非常にためになった。」「わかりやすく学ぶことができ、東城の歴史について改めて認識し、新しい発見の機会を得ることができた。」という声がありました。

第2回以降の講座については、11月から1月までの3か月間、随時開講する予定です。ふるさとの自然、歴史などについて、みんなで一緒に学びましょう。詳しい日程等につきましては、次回以降の振興区だよりでご案内します。



こぶしの里 健康塾

パート6



昨年度から行っている、こぶしの里の医師を中心に専門職員で編成されたチームによるデイホームの健康塾。

10月はデイホーム再彩会で開催し、食事と健康寿命に関するお話や、肩こりをほぐす体操の指導、体を動かしてのゲームなど盛りだくさんの内容でした。

今回ご指導いただいた錬石和男（ねりいしかずお）先生は、広島市にある放射線影響研究所に長年勤務され、10年前に退職。島根県や安芸高田での病院勤務を経て、今年9月からこぶしの里クリニックに赴任してこられました。

これまでの研究と経験から、こぶしの里クリニックに来院される患者さんの健康寿命が、都市部と比較すると、とても高いことに驚かれたそうです。錬石先生は、「健康塾に参加される皆さんの、元気で長生きの秘訣を解明し、これからの地域医療に生かしたいのでご協力ください。」と話しておられました。

錬石先生のお話の後には、神田健也療法士のご指導で肩こりをほぐす体操をしました。無理のない優しい動きの体操でしたが、上がりにくかった腕が体操のあとは上がるようになった参加者の方もおられ、大変喜んでおられました。



肩がほぐれ軽くなったところで二人一組になり、ペアの投げるボールや輪にしたロープをカゴでキャッチするゲームを行いました。みなさん高得点を狙っておおいに盛り上がりました。

野菜をしっかり摂り、たくさん歩くことで、高血圧疾患を防ぎ、健康寿命が延びます。今後もどのくらい歩くとより良い効果が表れるのか、また、それらを実践することでどのくらい医療費が節約できるのか、皆さんのご協力をいただきながら研究していきます。



医療法人社団光仁会こぶしの里クリニック
ねりいし
錬石 和夫医師



写真撮影が趣味の錬石先生の作品は、こぶしの里クリニックで見ることができますよ♪

地域マネージャー 難波純子



～大きなサツマイモを掘ったよ!(^^)!～

田森保育所・栗田小学校

サツマイモ収穫体験



10月28日(水)、田森保育所園児8人と栗田小学校1・2年生8人が、藤本農園でサツマイモの収穫体験をしました。

藤本さんから説明を受けた後、サツマイモ畑に入って芋掘りを開始しました。畝から頭を出しているサツマイモに向かって「おはよう!これから掘るからね。」と声をかけている園児の姿に心がほっこり!



周りの土を一生懸命に取り除き、大きなサツマイモを掘り出して満足げな顔の子ども達、4～5本のサツマイモが連なってついているのを切らないように丁寧に掘っている子ども、黙々と5本のサツマイモを掘り続ける子ども、いろいろな姿が見られました。子ども達は、一時間足らずで、それぞれ一輪車一杯のサツマイモを掘りました。

田森保育所の園児の皆さんは、給食でサツマイモを美味しくいただくそうです。栗田小学校の1・2年生は、サツマイモを使ってお楽しみ会をする計画を立てているそうです。

自然の恵みとともに大きく育つ子ども達が羨ましく思えます。



地域マネージャー 赤木幸子

～長寿を祝福するとともに敬老の意を表す～



敬老事業の実施

環境福祉部



田森自治振興区では、多年に亘り社会の進展に寄与してこられた75歳以上の方に敬意を表するとともに長寿をお祝いし、祝詞と記念品を贈呈しました。

記念品の一つ「ご長寿味噌」は、森林の匠塾食彩工芸部の皆さんが、長寿のお祝いにと作られた、青じそやちりめんなどの食材を使ったおかず味噌です。皆さん、ぜひ味わってお召し上がりください。

記念品等は、すでに発送しており、大勢の方からお礼の電話をいただきました。

本格的な寒さに向かう時節となりました。風邪など召されませぬようご自愛ください。

【女性部】

75歳以上の一人暮らしの方へ季節の料理（弁当）宅配の中止

女性部では例年、旬の食材を使ったお弁当を作り、75歳以上の一人暮らしのお宅へお届けしていますが、感染防止を図り高齢者の皆さんの命を守ることを最優先するとして、中止することとなりました。楽しみにいただいている皆様には、ご迷惑をおかけしますが、ご理解をいただきますようお願いいたします。



1 実在の会社を装い、複数にメールを送信



2 心当たりのないメールが届く



3 番号を入力してしまう

フィッシング詐欺に注意



広島県警

クレジットカードに関する個人情報盗まれ不正に利用されるフィッシング詐欺が急増しています！

被害防止のポイント

- ・不審なメールやSNSに貼られたリンクには、アクセスしない。
- ・クレジットカード利用明細を必ず確認し、身に覚えのない支払いがあれば、クレジットカード会社へ連絡しましょう。
- ・万が一不審なサイトに個人情報を入力した場合は、すぐに最寄りの警察署やクレジットカード会社へ相談しましょう。



4 番号が悪用される

※フィッシング詐欺とは

実在する企業、ショッピングサイト等を装い送り付けた電子メールやSNSにURLを添付し、アクセスさせることで偽サイトに誘導し、パスワードやクレジットカード番号などの個人情報を入力させて騙し取ることをいい、盗まれた個人情報は商品の不正購入などに悪用されます。

これからの行事予定・施設等

- 11/ 5 (木) 行政文書発送
5 (木) 田森まるごと元気村「社会見学」 粟田小学校
5 (木) 田森物語会議 9:30～(振興センター・和室)
10 (火) デイホームなごみ (南区 ひなの宿) 移動販売車 14:30～
11 (水) デイホーム北桜会 (北区集会所) 移動販売車 14:30～
14 (土) 移動販売車 内名サロン 11:00～(竹森 内名)
14 (土) そば打ち塾 9:00～(振興センター・小研修室・調理室)
14 (土) 子ども神楽塾 19:00～(振興センター・大研修室)
16 (月) デイホーム再彩会 (竹森集会所) 移動販売車 14:30～
19 (木) デイホームあさくら (振興センター) 移動販売車 14:30～
25 (水) 生花教室 19:30～(振興センター・小研修室)
26 (木) 移動販売車 11:00～(田森自治振興センター)
28 (土) 子ども神楽塾 19:00～(振興センター・大研修室)
30 (月) 移動販売車 東区日出サロン 14:00～(東区 集会所)

◎毎週月曜日 田森子ども安全見守り隊

◎毎週木曜日 未来塾 15:30～

◎毎週木曜日 森林の匠塾 木工工作部活動日：毎週木曜日

時間：午前9時～午前11時30分 場所：(旧)JA田森出張所

※移動販売車は、デイホームやサロンのほか、自治振興センターにも定期巡回していますのでぜひご利用ください。

また、人が集まる場所でも販売が可能です。グループ等で計画があれば早めにお知らせください。日程が空いていれば可能な場合があります。

