

# みんなが主役 みんなで創る みんなの下高 なんすかんす下高

下高自治振興区  
〒727-0423 庄原市高野町下門田 8  
☎&Fax:86-2679  
Mail:simotaka8@gmail.com  
第122号 令和4年5月20日発行

## 令和4年度地縁団体庄原市下高自治振興区総会

4月28日(木)地縁団体庄原市下高自治振興区総会を開催しました。島津宏区長の開会挨拶、報告事項として、出席者18名、委任状349名合計367名となり、定足数259名を超えるため総会成立を報告しました。

出席者から、議長に馬船輝雄さん、議事録署名人に林広美さん、児玉光子さんを選任後、議長により議事が進行されました。

令和3年度事業報告及び決算報告、令和4年度事業計画及び予算、役員改選など全部で9つの議案が承認されました。

総会資料をご覧になりたい方はセンターにありますのでお気軽に声をかけてください。今年度もよろしくお願いいたします。



### 令和4年度下高自治振興区役員の紹介

区 長 島津 宏  
副 区 長 馬船 博 三川 みゆき  
幹 事 永田 義博(奥門田自治会長)  
白根 数広(中門田自治会長)  
岩本 幸雄(岡大内自治会長)  
青才 竜二(下門田自治会長)  
田部 義弘(上里原自治会長)  
草谷 直彦(高 暮自治会長)

女性幹事 永田 伸子 佐々木 浩子  
自治会運営部長 小原 正次  
生涯学習部長 藤永 章吾  
森林管理運営部長 竹藤 健治  
監 事 後藤 信房 白根 智登美  
事務局 長 草谷 洋

任期：令和4年4月1日～令和5年度総会まで  
※自治会により任期が異なります。

下高自治振興区  
自主防災組織

# 防災訓練

## 実施します！

日時 令和4年5月29日(日)

9:00~11:30頃

場所 下高自治振興センター

「警戒レベル3」の発令を想定して訓練をします。  
詳しくはチラシをご覧ください、  
お誘いあわせてご参加ください。

これから梅雨の時期を迎えます。  
大雨に備えて避難行動を確認しましょう！



# たかの体験『春』”リンゴの花見&摘花作業体験と原木シイタケ狩り”を実施しました！

たかの体験

5/1(日)、たかの体験『春』  
“リンゴの花見&摘花作業と原木シイタケ狩り”を行いました。

この日は県内各所から26名の皆さまがご参加くださいました。その様子をご紹介します！

開会あいさつの後、皆さんと一緒に、島津宏さん(下門田)のリンゴ園場へ歩いて移動しました。「リンゴの花を間近で見られるので楽しみです！」と皆さん。



「お父さん頑張って！」高所にもチャレンジ

園場一杯に咲いたリンゴの花を眺めながら、島津さんから摘花作業の指導を受け、剪定はさみを手にいざ作業開始です！「リンゴの花を見たことがなかったので、見れて良かったです！」「リンゴ狩りはあるけど、摘花作業はなかなかできないよね」といった声をお聞きしました。途中、小雨も降りましたが皆さん楽しそうでした。



「わたし、リンゴのお仕事できるよ！」  
♪



島津宏さんから摘花作業指導を受けます

摘花作業を終え、下高自治振興センター駐車場へ戻ると炭火のいい匂いがしてきます！！「おお！！！」前日収穫した原木シイタケと高野の特産 “アスパラガス”(上田美佐さん)の炭火焼きが待っていました。サプライズに皆さん嬉しそう！高野野菜の魅力を知っていただく為に準備したものでした。「めっちゃ美味しい！」と大好評！その後、下高自治振興区森林部会が管理するシイタケの園場へ移動し、美味しかった原木シイタケを収穫し、お土産にお持ち帰りいただいて好評のうちに終了しました。次回は7/3『ブルーベリー狩り』の予定です。(地マネ 柳原)



原木シイタケ園場にて



# 元気の秘訣!

第11回

# 素敵な人生に乾杯

元気で楽しむために!

「広島県女性の健康寿命全国調査下位に低迷」新聞の記事の見出しです。なんとも気になる内容です。健康寿命を延ばす方策とは!

健康寿命を延ばすための三要素は、「運動・食事・交流」といわれています。そこで、今回は「いつでも、どこでも、一人でも」できるシルバーリハビリ体操にスポットライトを当てます。

高野には、加藤和子さん、藤井幸子さん、坂本敬子さん、堀江美智恵さん、栗本良子さんの5人の指導士さんがいらっしやいます。代表は加藤和子さん(湯川77歳)です。体操指導士の資格は当初、自分のためにと求めて取得されたそうです。体操をしていることの効果は、怪我をし、手術をされた後の回復力の早さで実感され、一人でも多くの方にシルバーリハビリ体操を体験し、続けてほしいと思っておられます。

コロナ禍で人が集まる機会が少なくなっていますが、安全対策を取りながらやります。申込は簡単!高野支所の窓口にある申込書に記入し、提出してください。

少人数でも大丈夫!人生百年時代!自分が好きなことを少しでも長く続けられるよう、あなたも始めてみませんか? (地域マネージャー 落合)

11月に“山のゆうえんち”で完成した「鳥の巣箱」が下高自治振興センター裏山にも設置されました。



11月に『山のゆうえんち』で子どもたちが制作した“鳥の巣箱”が下高自治振興センター裏山など町内6箇所に設置されました。ブッポウソウやシジュウカラなど、多くの野鳥が毎年巣箱に住んでくれます。今年も、たくさん野鳥がきてくれたら嬉しいですね。



5月



地域マネージャー通信



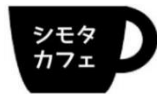
お知らせ

地域マネージャー向田は産休のため少しの間「とことこ」にお手伝いで湯川にお住いの小次 綾(こつぎあや)さんに4/14~きていただいています。よろしくお祈りします!!

4月にご利用があり楽しくお話ししました。

お気軽にご参加いただき、お子さんの悩み事や出来事などをお話し、一緒に楽しい時間をすごしましょう。

### 5月 シモタカフェ 地域マネージャー通信



4/6(水)19:00~カフェ風の里さんに臨時営業していただきお茶会を開きました。春になり畑を作業、お子さん進級、新しいスタートなど身近なお話をしながらのお茶会、わいわいお話ができて楽しい時間となりました。ご参加下さった方、カフェ風の里さんありがとうございました。またこんなゆっくりお話ができる企画もしていこうと思っていますので高野地域の皆さんぜひご参加下さい。



### 6月シモタカフェのお知らせ

**ボランティア 花植えをしよう!!**

6月4日(土) 10時~(1時間程度)

内容 下高自治振興センター花壇の花植え

場所 下高自治振興センター 現地集合

**参加者募集!!**

コロナウイルス感染防止の観点から事前申し込みが必要です。下記までお申込み下さい。

※申し込み締め切り6/1(水)

お申込み 下高自治振興センター ☎0824-86-2679

### 6月行事予定

☆新型コロナウイルス感染対策として、中止や延期になる場合があります  
参加される際にはマスクの着用をお願いいたします

行事名	開催日時	参加費	内容
 シモタカフェ	6月4日(土)	無料	ボランティア 花植えをしよう!!
 子育て支援 とことこ	毎週木曜日 10:00~12:00	無料	和室を開放しています お気軽にお越しください♪
 パソコン教室 <サークル>	毎月第2・3・4金曜日 14:00~16:00	2,000円/月	パソコン操作の基礎から応用まで 新メンバー募集中です
 書道教室 <サークル>	毎月第2・4月曜日 13:30~15:00	2,400円/月 (教材費実費)	毛筆を中心に学びます 新メンバー募集中です

おくりもの 正木みどり 様 (新市)

下高自治振興区へのご芳志ありがとうございます。  
ご趣旨を大切に葬儀備品の充実に活用させていただきます。



### 休館日のご利用について

葬儀等の緊急時にはこちらの番号に  
連絡をお願いいたします。

**080-1928-4276**

### 編集後記

無事に総会も終わり、新年度の事業が始まります。

今年度は梅雨前の5/29(日)に“防災訓練”を実施する  
予定です。この機会に防災への意識を高め、普段からの備えや、非常時の  
避難行動について考え、地域の防災力を高めていきましょう! 事務局