

みんなが主役 みんなで創る みんなの下高 なんずかんず下高

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153号 令和5年12月20日発行

シモタカフェ 12/1 シモタカフェクリスマス会開始しました！！



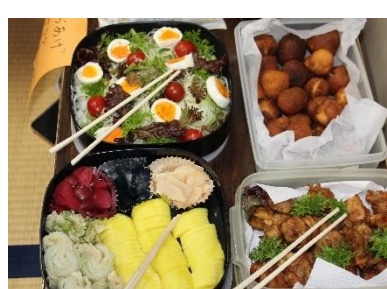
毎年恒例となりましたシモタカフェクリスマス会。今年は一一人一品持ち寄っていただいたり、プレゼント交換があったりなど賑やかなクリスマス会となりました。



オープニングはみんなでジングルベルを歌いました。すると・・・



サンタさん登場！！子ども達のテンションもアップ。サンタさんからお菓子のプレゼントをもらいました。



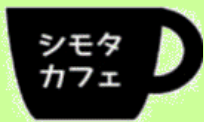
燻製チキンをつくって来てくださった方も！子どもたちは丸々のチキンに興味していました。



最後は個々に持ち寄っていただいたプレゼント交換タイム。何が当たるかワクワク。



今年も沢山の方にご協力ご参加いただき無事クリスマス会をすることができました。ありがとうございました。とっても楽しいクリスマス会でした。また来年もお楽しみに～



次回 1月のシモタカフェはお休みさせていただきます。
2月の予定は次号の広報誌をご覧ください。
皆さん体に気を付け良いお年を♡。



11月、12月のとことこの様子

だんだんと寒くなり外に出るのがおっくうになってきて、天気の良いときが恋しいです。

今月は今年度生まれたお友達が遊びに来てくれました。たまには“とことこ”に顔を出して見て下さい。ゆっくりお茶を飲みながらお話をしましょう。
来年は1月11日から“とことこ”を開所いたします。体に気を付け良いお年をお迎えください。

只今4カ月。だんだんと笑顔が出始めとっても可愛い女の子です♡



第25回

元気の秘訣

素敵な人生に乾杯



ずっとずっと

夢を追いかけて

みなさん、モトクロスという競技を知っていますか？オートバイによるクロスカントリーのレースで、舗装されていない周回コースで速さを競うのだそうです。その競技をするために日本中を駆け回っている親子が高野町にいるということを知り、お話を伺うことにしました。

亀山 蒼くん(高野小学校2年生8歳)が、モトクロスを始めたのは年長の頃。もともとはお父さん、修さん(奥門田54歳)が高校生の時に漫画「風を抜け！」(村上もとか)を読み、興味を持ったことから、「いつかやってみたい。」と思うようになったのがきっかけだそうです。「やってみるか。」の言葉に「やってみる。」の返事。それから、親子の二人三脚が始まります。他のスポーツと違い、監督もコーチもないので、一緒にやっている仲間が「先生」。様々な経験を通してからだで覚えたことが自分を成長させます。けがをして一か月バイクに乗れなかったこともあるそうですが、再び始めた蒼くん。バイクのメンテナンスや日本各地で開催されるレースに参加するための移動もお父さんがされます。「大変じゃないですか？」と聞くと、「蒼の走る姿を見るのが楽しいんです。」と笑顔で語られました。その成果が中国選手権優勝2回、全国大会五位入賞という結果に表れています。

名前の「蒼」とは草が芽吹く時の草の色のことをいい、「ずっと青いままの気持ち、初心を忘れないでほしい。」という意味が込められているそうです。ずっと、ずっと夢を追いかけていく姿は素敵です。応援しています。

(地域マネージャー 落合)

『きらく食堂』通信 11月会 “気(き)分(ぶん)よ(よ)く・楽(ら)々(ら)・工(く)夫(ふう)が(が)い(い)っ(っ)ぱ(ぱ)い”

安心暮らしは『お互いさま』の気持ちから。みんなの集まり場『きらく食堂』は地域の元気を応援します。



高暮・上里原・下門田にお住いの対象高齢者で希望された方へ「お好み焼き」を配食しました。

十一月二十九日(水)『きらく

食堂十一月会』を実施しました。ボランティアが焼いた『お好み焼き』を、今回は高暮・上里原・下門田の高齢者(75歳以上)のみの世帯で希望された方、十四軒へ無料でお配りしました。

今回も町内から、キャベツ等、たくさんの食材を無料でご提供いただきました。美味しいお好み焼きを作る事ができています。ご協力いただいた方にも、お好み焼きをお配りし、感謝に返させていたたいです。ご協力いただいた方々からは「またいつでも、言ってくてくださいね」と嬉しいお言葉もいただきました。

調理のボランティアとしてご参加いただいた方々からも「皆で集まることができるから楽しいね」。



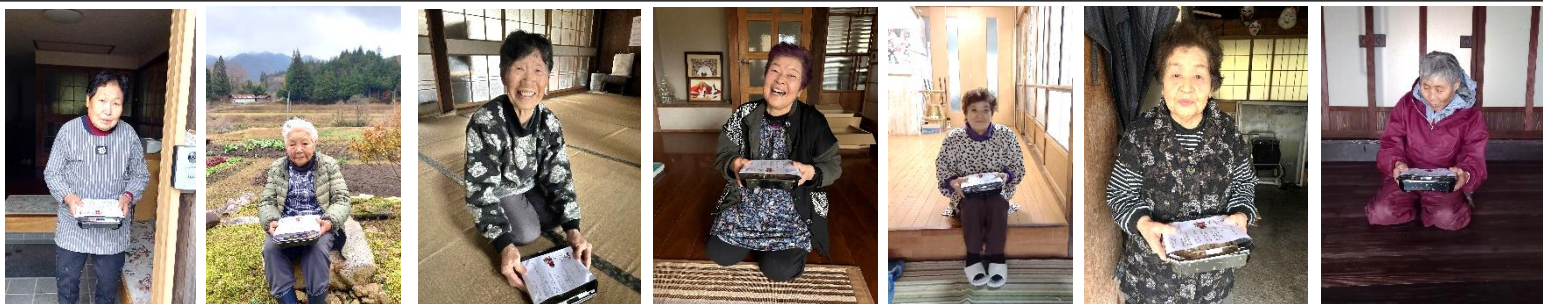
『きらく食堂』とは、安心暮らしは、お互いさまの気持ちから。みんなの集まり場として、地域の元気を応援するために始まったものです。



「だんだん慣れてきて上手になってきた。美味しそうに焼けたじゃん！」と楽しみながら調理されている様子でした。

次回は、下高地域の『中門田、岡大内、奥門田』にお住いの対象高齢者の方に配食を行う予定です。その他の地域にお住まいの方でもご希望があればお伺いします。遠慮なくご連絡ください。また、「この人へぜひ行ってあげて」などの他薦でも大丈夫です。よろしくお願いたします。

【地域マネージャー】柳原さおり



【次回の予定】
2月会 『お好み焼き配食』
【お配りする地域】 中門田・奥門田・岡大内
ご希望の方は下高自治振興センターへご連絡ください

キャベツなど、食材の提供にご協力くださった方。
矢島 秋穂 様 (上湯川) キャベツ
島津 秀樹 様 (中門田) キャベツ
ありがとうございました！



11/8（水）に神奈川県立川崎北高校の生徒 61 名が修学旅行で庄原を訪れ、高野で農村体験を行いました。うち、28 名が下高自治振興センターで羽釜ご飯や豚汁づくりなどを行いました。

写真

写真

写真

下高自治振興センターに、神奈川県から修学旅行で農村体験を行うために28名の生徒さんが来られました。体験時間は2時間程度と短い時間でしたが、高野りんごを剥いたり、朝取ってきた大根、ネギ、人参、こんにゃく、シイタケ、味噌など、高野の食材を使った豚汁づくり。羽釜で新米を炊いて、白菜漬け、はぶ草茶煎りといった体験も行いました。天気にも恵まれ、生徒たちは「美味しい！美味しい！」と言って、お腹いっぱい食べられていたのが印象的でした。また高野町へ遊びにきて欲しいです。

1月の行事予定



行事名	開催日時	参加費	内容
 シモタカフェ	毎月1回開催	—	1月はお休みです 2月の開催は次号でご案内します
 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♪
 ハンドメイド教室 ＜期間限定サークル＞	毎週水曜日 13:30~15:30	材料代実費	冬季限定ハンドメイド教室が 1月10日からスタートします♪ 新メンバー募集中です
 子育て応援 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♪ ※1月11日からです
 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 新メンバー募集中です♪

おくりもの 後藤 伸治 様

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



下高自治振興区が開催する生涯学習事業に参加いただくとなみかポイントを10ポイントプレゼント！参加される際にはなみかカードを忘れずお持ちください。



編集後記

11月は高野で初めての空き家の片付けでした。片付けの日まさかの雪…そして動いているときの暑さと休憩の時の寒さにやられ体調を崩して2日目はお休みしてすみませんでした。ご協力いただいたボランティアのみなさん、ありがとうございました。 井上

年末年始のご利用について

休館日 12月29日(金)~1月4日(木)

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