

# ふれあい 第145号

発行:平成30年12月20日



# 東自治振興区だより

●発行/庄原市東自治振興区 ●編集/東自治振興区編集委員会 TEL 0824-72-2854  
●【ホームページ】<http://higashijichi.web.fc2.com/> ●印刷/平和印刷(株)



## 第5回 **ござれ市**開催

—東自治振興区—

11月23日、東自治振興センターにて第5回ござれ市を開催しました。

駐車場ではハンドメイド品、古着などのフリーマーケットやカレー、ぜんざい、焼きそば、お好み焼、猪汁、黒ニンニク、おむすび、丹波の黒豆、燻製、野菜などの販売、老人部による飯盒飯や笹茶による振る舞いがありました。またグラウンドゴルフや輪投げのゲームコーナーではお年寄りから小さな子供たちまで、多くの人を楽しんでいました。

寒い中、たくさんの方々立ち寄っていただき、無事終了することができました。



# 会場風景



# ござれ市

11月23日(祝)  
10時▶14時



## 地域で元気を育てる会講演を終えて ～体も心も「ほっこり」～

11月16日、20名の参加のもと、パーソナルトレーナーとして広島や岡山を中心に活躍中の矢吹祐次さんを講師に迎え、「介護予防体操とレクリエーション」と題して、社会福祉協議会と共催で講演会を開催しました。

矢吹さんから、日々の運動の必要性から運動するにあたっての土台づくりについて学び、テニスボールを使った筋肉ほぐしや脳トレのレクリエーション体験に「納得！・実感！」の一時を過ごしました。

「庄原を健康な人で盛り上げたい！」という思いをキャッチできた講演会でした。  
(社会福祉部)





# 世代間交流



## ひだまり広場と ばあぢやんの味の会の交流会

11月15日、親子8組が参加し、女性部「ばあぢやんの味の会」の皆さんに行事食等を習い、託児もして頂きました。この日は七五三ということもあり、お祝いを込めて赤飯をはじめ、豆腐の白和えには、かぶと人参(紅白)が入りました。おやつ代わりになる、野菜やチーズ、はんぺん入りの餃子など親の分まで喜んで食べる子ども達でした。「おいしい」は勿論、「家でも作ります…」と、たいへん好評でした。栄養士さんの協力も頂いて充実した交流ができました。ご協力ありがとうございました。

(庄原市子育て支援センター)

## 卒業制作記念 東小学校6年生



11月14日、東自治振興センターで東小学校6年生が陶芸教室に参加させていただきました。多くの地域の方が手伝ってくださり、思い思いのデザインのお皿や茶碗、湯飲みなどを制作することができました。初めて経験する活動に児童たちの姿は大変生き生きとしていました。後日、絵付け、焼成等をしていただいた作品が学校に届くのを、児童たちは心待ちにしています。卒業制作として学校に展示もします。

(東小学校)

## おめでとうございます!!

庄原市の人権週間の取り組みとして行われている人権作品の標語の部で東小学校4年生の平田蒼さんが最優秀賞を受賞されました。

「やめようよ 仲間外れと 知らんぷり」

上原町の山口晏章さんが警察業務功労者、三日市町の飛谷眞良さんが郵政業務功労者として、瑞宝双光章を受章されました。

## 第11回七塚西ふるさと祭り



11月11日、晴天のもとで「七塚西ふるさと祭り」が開催されました。

庄原市内で活動されているサークルや団体の皆様に出演いただき、三味線や大正琴、寸劇や楽器演奏、こども太鼓など、祭りに華を添えていただきました。素晴らしい演技を目の当たりにして地元住民や多くの来場者に喜んでいただくことができました。

みんなで作るこの祭りは出店も、うどん、そば、焼きそば、ぜんざい、唐揚げ、焼き鳥等々、子供からお年寄りまでゆっくりと楽しんでいただけたと思います。

この祭りを通して地域の皆さんのつながりがより深まればと取り組んでいます。

(七塚西自治会長 矢吹 治義)

## 今日も元気な老人部のグラウンドゴルフ大会



12月8日、東小学校グラウンドで老人部主催の第1回東地区親睦グラウンドゴルフ大会が開催されました。今大会は各自自治会対抗の団体戦及び個人戦で競い合い、寒く時には雪の舞う中、参加者70名の皆さんで歓声あり、笑いありの中、大いに盛り上がり、楽しく有意義なひと時を過ごしました。

### 団体の部

- 優勝 三日市三区
- 二位 三日市二区
- 三位 上原一区
- 四位 七塚西区
- 五位 上原南区
- 六位 三日市一区
- 七位 田原町
- 八位 市町
- 九位 戸郷町

### 個人の部

- 優勝 岡田 晋  
(三日市二区)
- 二位 伊藤 和則  
(上原一区)
- 三位 山口 晏章  
(三日市二区)
- 四位 山口 則夫  
(三日市三区)
- 五位 藤仲 利昭  
(三日市三区)

(老人部)

## 庄原市スター式駅伝出場

第67回庄原市スター式駅伝大会に、東自治振興区で今年4回目の出場をしました。

駅伝は、個人の努力はもちろんですが、一本のタスキを繋ぐというチームワークの大切な競技です。

一般の部で、男子は市内10チーム中6位、女子は3位と大健闘でした。また3区で神田春花さんが区間賞をとられました。大変ご苦労様でした。

また応援にかけつけていただいた皆さんありがとうございました。監督や選手の皆さんは来年も出場するとはりきっていました。

### 男子

荒木 大介 竹元 寛徳  
 増田 洋一 福田協二郎  
 中原 凌 荘川 隆則  
 廣澤 健二 加胡川憲史



### 女子

伊達萌生那 平田 美里  
 平田貴美世 明賀 飛鳥  
 神田 春花 森本佳緒里  
 大段 春美



(体育部)

## おくりもの

### 見舞返し

上原町 平田 澄江様

### 香典返し

三日市町 横谷 弘司様 (故妻 君子様)

ご芳志ありがとうございました。  
 東自治振興区の活動資金として活用させていただきます。

### 編集

「師走とは」…12月の異名。私たちは物事の意味や事柄などを調べるとき国語辞典を調べますが、「ことばの事典」の中にも2種類があって、国語のことばをいろいろ広く集めた「ふつつのことば辞典」と特別なことばを集めた「専門のことば辞典」と、日本で作られ今も残っている辞典のうち古いものは、平安時代初期に僧が編集したと伝えられています。

このように国語辞典は私たち祖先の尊い努力のあとを残しながら発展の道歩みつけています。(編集委員)

### 後記

## 今年も体組計測定を実施

今年も老人部主催で、11月13日、振興センター2階において体組成計測定を行い30数名が集まりました。



市役所から保健師さんを招き、体脂肪率・肥満度・内臓の脂肪レベルや筋肉量・基礎代謝レベル・脚の筋肉量を測り、総合的体力年齢がデータ表に表示されると皆さん一喜一憂されていました。保健師さんから各々人のデータについて説明を受け、「自身の健康管理に役立てよう」と話し合っていました。最後に季節の健康管理について講話していただき楽しいひと時を過ごしました。(老人部)

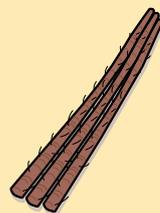
### 事務局より

12月4日に振興センターを利用される教室の皆様や振興区の専門部員、自治会長などの参加により振興センターの大掃除と消防訓練を実施しました。ご協力いただいた皆様ありがとうございました。

## 食への漢字

### 牛蒡(ごぼう)

キク科の二年草。原産地は欧州、シベリア、中国北部とされる。夏、紫色の頭上花を開く。多肉な長根は食用にするが、これを食べるのは世界で日本人だけ。茎、葉、種子はともに薬用となる。平安時代にはきたきすとか馬路うまみちと呼んでいた。亜実あみもいったが、健康に益のあるものという意味である。方言でこんぼなどともいう。栄養価は低いが繊維質が多くて便通に効がある。キンピラ牛蒡はおふくろの味の横綱的存在。



### 振興区のうごき

1月7日 総務部会  
 1月8日 編集委員会  
 1月9日 役員会

■年末年始業務お休み  
 12月29日～1月6日

### 東地区の人の動き

	(H30.10.31)	
	【住民基本台帳登録人口】	
		前月比
人口	3,790	-5
男	1,834	-6
女	1,956	+1
世帯数	1,752	-8