

西大田 自治センター だより

第171号

令和4年7月14日

西大田地区振興会連絡協議会
(西大田自治センター)

722-1625 広島県世羅郡世羅町大字重永62番地

TEL: 0847-27-0001 FAX: 0847-27-0200

ホームページアドレス: <http://www.nishiota-jc.org/>

メールアドレス: nishiota-jc@mail.mcat.ne.jp

議会報告会・移動町長室が開催されました

「**世羅町議会報告会・意見交換会**」が、6月11日(土)に開催されました。3名の議員による議会報告を受けました。

参加者からは、

- 賀茂バイパス工事の中断問題について、期限を区切って県にしっかり要望してほしい。
- 老人クラブにおける飲食代の助成について、ゆるやかに対応してほしい。
- 集会所等の老朽化による解体費用の一部を助成してもらえないか。
- 地域の草刈り作業は高齢化に伴い、作業に対する助成金では解決できない現状があり、切実な問題として対策を町に働きかけてほしい等の地域課題に対する要望が多く出されました。

また、「問題を発信するのみでは全く元気が出ないので、『世羅町のよいところ』を感じ取れるまちづくりを行っていく意識改革が必要ではないか。議会としても『ここに住んでよかったと思えるまちづくり』をめざし、アピールされてはどうか。」といった建設的なご意見もあり、若い世代の転入につながるようなアイデア等、大変貴重な提案もありました。

西大田地区移動町長室が、6月22日(水)に開催されました。

初めに、令和4年度当初予算の概要について、町長より説明を受けました。

次に、「西大田地区安心・安全な地域づくり3か年計画」について報告した後、意見交換を行いました。その中で、

- 自主防災活動において、注意すべき点として災害発生時に役員が責任感から救助に向かい、危険な目に遭うということがあってはならない。そのためには、平時と災害時の活動内容について検討し、決めておくことが必要。
- 班(小組織)の中で防災についての話し合いの場を持ち、いつの時点で逃げるか等のルールづくりや取り決めを行うこと。
- 昨年度のアンケート結果や、今年度開催の『新しい西大田を語る会』による意見をもとに、お互いに声をかけ合い、助け合う『安心・安全な西大田地区』をめざし、**自主防災組織作りと見守り活動を両輪として推進**していくこと。

などを今後の方向性として確認しました。

今回のように「行政と意見交換をする場」を各振興会でも企画してはいかがでしょうか？



健康ほっと講座 西大田ふれあいサロン

6月27日(月)に『健康ほっと講座』を開催しました。今回は、安田女子大学の学生2名が、保健指導の実習のために来られました。

「転ばぬ先のイキイキ体操～防ごう転倒～」

というテーマで、まず、日常生活を振り返り、転びやすい場所や原因を話し合いました。更にお家でしている対策などを共有し、転倒予防の一つとして体操を教えてくださいました。参加者からは、「こういう体操だったら、テレビを見ている間にできるかも」という声が聞こえてきました。また、「**学生さんの役に立てたなら嬉しいね。頑張ってる夢を叶えてね!**」と励ましの声かけもされました。



スポーツ広場の整備、ありがとうございました!

体協西大田地区の野球ソフト部の皆さんにはグラウンド整備を行っていただきました。また、側溝の泥あげにも地域のお力添えをいただきました。心よりお礼申し上げます。コロナ禍で、スポーツ広場の利用者が減少しておりますが、コロナ禍が明け西大田地区の皆さんがスポーツ広場を利用するとき、今まで同様に、安心して利用できます。大変お世話になりました。



グラウンド整備してくださった体協西大田地区野球ソフト部の皆さんです



きれいになったスポーツ広場の側溝

防災セミナー 老人クラブ・サロン共催

西大田ふれあいサロンでは、7月4日(月)に、講師に、日本赤十字社広島県支部の石丸英生さんをお迎えし、前半は、「災害への備え」をテーマにお話を伺いました。

●普段ハザードマップにより住んでいる地域を知ること。 ●「早めに安全な場所に避難すること」を強調されました。

後半は、「心肺蘇生法」を学び、実際に人形で胸骨圧迫やAED装着の訓練を行いました。参加者からは、

- 具体的に説明していただき、わかりやすかった。
- 昔やったことがあるが、忘れていたことが多くためになった。
- 各地域の小地域サロンにも指導に来てほしい等の声がありました。



民俗資料館の展示品を紹介します その13

鐙 (あぶみ) について

情報提供者：熊谷英雄さん (西上原)

農具コーナーの中に展示されている鐙の中の1点は、他の物とはあきらかに用途が違い、これは、絵巻物に出てくるタイプのもので、武家のデモンストレーション使用のものか、そうでなければ神社に奉納された飾り馬用のものです。他の鐙は明らかに戦闘用のものであり、ゾウリ(足ナカ)をはいて使用していたはずで、足ナカがあればセットで展示すればよいと思います。鞍についても農耕用ではなく、武士使用のものがあります。



自治センター利用・行事 スポーツ広場・体育館利用予定

月	日	曜	時間	行 事 名	場 所	月	日	曜	時間	行 事 名	場 所			
7 月	14	木	13:00	東西商工外国人日本語研修	大集会室	8 月	1(月)10:00~12:00西大田ふれあいサロン 手作り教室『絵手紙教室』・茶話会							
			13:30	リップルピラティス	和室		2	火	9:30	書道	会議室			
	15	金	13:30	ラージボール卓球	大集会室				10:00	リップルピラティス	和室			
			18:00	詩吟	会議室		3	水	9:00	ちぎり絵	研修室			
	16	土	9:00	世友書道会	会議室				14:00	3B体操	大集会室			
			9:30	筋トレ	大集会室		4	木	13:30	リップルピラティス	和室			
			10:00	料理教室	調理室 会議室				13:30	筋トレ	大集会室			
	19	火	10:00	リップルピラティス	和室		5(金)9:00~西大田自治センター 大掃除							
	20	水	14:00	3B体操	大集会室		5	金	13:30	ラージボール卓球	大集会室			
									18:00	詩吟	会議室			
								21	木	13:30	リップルピラティス	和室	6	土
	13:30	面打ち	実習室	6(土)18:00~エスポワール賀茂西・ファーム賀茂 星空教室										
	13:30	筋トレ	大集会室	7(金)8:00~西大田自治センター周辺草刈り 青水・賀茂西・賀茂東振興会										
	22	金	13:30	ラージボール卓球	大集会室		8(月)10:00~15:00西大田ふれあいサロン ニュースポーツに挑戦・午後のお楽しみサロン							
23						土	9:00	世友書道会	会議室	9	火	9:30	生花	大集会室
							13:30	あのねのね	研修室			10:00	リップルピラティス	和室
17:30	賀茂東子ども会	ふれあい広場	13	土	13(土)・14(日)・15(月) 盆休み(事務室は閉めます)									
25(月)10:00~15:00西大田ふれあいサロン (午前中)みんなで歌おう・(お昼)食事会 (午後1:00~3:00)マイナンバーカード出張作成					17	水	14:00	3B体操	大集会室					
26	火	10:00	リップルピラティス	和室			18	木	13:30	リップルピラティス	和室			
					13:30	面打ち			実習室					
28	木	13:30	リップルピラティス	和室	18(木)14:00西大田自治センター出発 カープ観戦ツアー 広島対中日 マツダスタジアム									
					29	金	13:30	ラージボール卓球	大集会室	19	金	13:30	ラージボール卓球	大集会室
18:00	詩吟	会議室												
いつもきれいにご利用いただきありがとうございます！					20	土	22(月)10:00~15:00西大田ふれあいサロン 手作り教室『デコパージュ』・茶話会							
いつもきれいにご利用いただきありがとうございます！														

利用日	時間	団体名
毎週(金)	19:00	世羅空手道
第1・3(火)	13:30	バドミントン同好会
毎週(木)	20:00	西大田ビーチバレー
第2・4(木)	13:30	セラアニマル

利用日	時間	団体名
第2・4(土)	19:00	N40

利用日	時間	団体名
毎週(土)	8:30	グラウンドゴルフ同好会

健康ほっと情報 よく噛んで食べていますか？



よく噛むことは、食べ物の消化を助けるだけでなく、全身の健康を維持するためにも重要です。毎日の歯磨きと定期的な歯科健診で、歯と口の健康を保ちましょう。

～よく噛むことがもたらす効果～

○肥満防止

ゆっくり食べると、緩やかに血糖値が上がり、脳の満腹中枢が刺激されるため、少ない量でも満腹感が得られます。

○脳の発達

脳に流れる血流が増えるので、脳の働きが活性化され、記憶力や集中力アップにつながります。

○歯や口の病気予防

よく噛むと唾液がたくさん出ます。唾液には、細菌を洗い流す作用があるため、むし歯や歯周病の予防につながります。さらに唾液に含まれる消化酵素の働きにより、体内での消化・吸収がアップします。



みんなで楽しむ「癒しの音楽会」♪

6月17日(金)に体育館のグランドピアノを囲んで、みんなで楽しむ「癒しの音楽会」を開催しました。

昨年西大田に移住された、ピアニストで音楽療法士の山崎弘子さんと、大学院で音楽の研究をされている娘の賀子さんをお迎えし、久々の行事でしたが、40名の方が参加されました。最初は、弘子さんによるピアノ伴奏で色々な懐かしの歌をみんなで歌ったり、曲に合わせてリラックス体操を行ったり、参加者全員が鳴り物の楽器で演奏に参加したりと、次から次へとワクワクする時間が流れました。



後半、今まで一度もピアノを弾いたことがない参加者のピアノに合わせて即興演奏で楽しいオリジナル曲が出来上がり、会場からは拍手喝采が起きました。最後は、賀子さんによる箏(こと)の演奏をゆったりと鑑賞し、癒しのひと時を皆さんで分かち合いました。参加された方は、
●87歳にして初めてピアノを弾けたのがうれしかった。懐かしい曲がいっぱいで楽しかった。
●鳴り物が配られてドキドキしたが、皆さんと一緒に参加できてウキウキした。
●ずっとコロナ禍でイベントがなかったので、久々に皆さんと歌ったり笑ったりして、とても元気が出た。

●グランドピアノから響く音の迫力がすごかったなど大絶賛されていました。



第1回「新しい西大田を語る会」を開催しました。

「新しい西大田を語る会」を6月29日(水)に開催しました。この会は、令和3年度に実施した「西大田地区 安心・安全な地域づくりアンケート調査」の結果を受け、「地区民体育大会」や「ふれあい祭り」等の各行事を見直し、コロナ禍における新たな企画について意見交換を行う目的で、今年度中に6回開催します。

それとともに「**こんな西大田だったらいいな**」という自由な発想で夢を語り合っていた中で、行事のみでなく今後の西大田における様々な活動の柱になるようなものが、この「語る会」に参加している皆さんの中から自然に膨らんできたらしいなど、期待をしています。

「気楽にユニークな発想をしたり、思いついたことを発言していただくこと」が目的ですので、「人の話を否定しない」などの「ルール」も決めています。

「幸福度」が県内で第2位という世羅町の中の「西大田」ということを証明するように、人の優しさやつながり、環境の良さ、住みやすさなどを実感していることを多くの方が語られました。子どもの頃に楽しかった行事は、いつまでも懐かしい思い出として記憶に残ると思います。子ども達にとって、「いつかふるさとに戻ってきたい」と思うような「西大田ならではの」の楽しい行事のアイデアが、この語る会から出てきそうな予感がしています。

次回は「地区民体育大会」をテーマに、コロナ禍でも皆さんに喜んでいただけるような新たな企画のアイデアを出し合っていきます。

