

# 西大田 自治センター だより

## 第177号

令和5年1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](mailto:nishiota-jc@mail.mcat.ne.jp)

## 新年のご挨拶

西大田地区振興会連絡協議会 事務局

新年明けましておめでとうございます。  
います。

日頃より地域活動に御理解頂きま  
して、ありがとうございます。

新型コロナウイルスの感染拡大から、誰もが  
想像できない世の中になりました。西大田地区  
でも、地区体やふれあい祭りなどの活動を3年  
間続けて休止しています。また、ふれあいサロ  
ンなどを実施する場合においても、少人数でコ  
ロナ対策をとりつつ開催してきました。

感染者数の増加が見られる中でも、経済的な  
観点等から「緊急事態宣言」の発令はされませ  
ん。そのため、地域の皆さまの御意見を集約し、  
役員さんと事務局の判断で、事業の実施につい



て決定することとなります。そこで、皆様の御  
意見を地域活動に十分に反映させるべく、「新  
しい西大田を語る会」などの取り組みを実施し  
ています。また、その様子をホームページや自  
治センターだよりを通じて発信していますの  
で、どうぞしっかり御覧頂き、御意見をお届  
け頂きますようお願い申し上げます。

一日も早くコロナウイルスが収まって、心穏  
やかな生活が戻りますよう願っております。

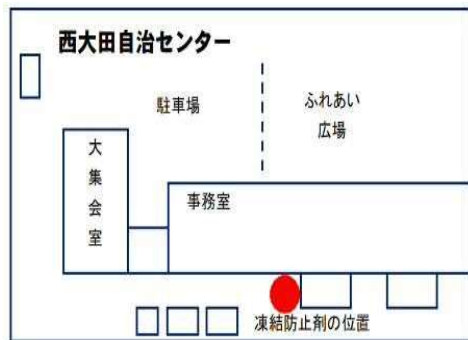
引き続き本年も、地域活動に御理解御協力を  
宜しくお願い申し上げます。

西大田地区振興会連絡協議会  
事務局長 井上 公樹



## 凍結防止剤について

西大田自治センター裏に、凍結防止剤が置いて  
あります。建設課から預かった物ですので、  
町道が凍結して危険な状態にならないように、  
事前にまくなど、必要に応じて御利用ください。  
そのとき、必ず凍結防止剤在庫表に、必要事項  
の御記入をお願いいたします。



## にしおおた保育所 クリスマス会

12月23日(金)、にしおおた保育所にてクリ  
スマス会が行われました。

サンタさんが到着する間、『ジングルベル』の  
曲に合わせて踊って待っていると、どこからか  
鈴の音が。「サンタさん、来た?」、「どこから入  
って来る?」と子どもたちが嬉しそうにしてい  
ると「メリークリスマス!」とプレゼントをかつ  
いだサンタさん登場!「サンタさんだ!すご  
い!」と子どもたちは大喜びでした。



## 新しい西大田を語る会開催

第4回「新しい西大田を語る会」を、12月21日(水)に開催しました。

前半は、「西大田地区民体育大会」をテーマにしたグループワークのまとめを行いました。内容や方法についての色々なアイデアが出されたので、その中から1つでも2つでも次回からの地区体に生かされるようスポーツ協会へ提案することにしました。

後半は、「ふれあい祭り」について、これまでの内容や経過を聞き、また、昨年度実施したアンケート結果による改善意見等を踏まえての思いを自由に語り合いました。「ふれあい祭りの目的から話し合ったほうがよいのではないか」との意見が出され、次回のテーマにと検討しています。



## 一人暮らしの高齢者に『友愛弁当』の配食活動実施

西大田地区振興会連絡協議会では、12月22日(木)に一人暮らしの高齢者の方々を対象にした「友愛弁当」配食活動を実施しました。この活動は、地域の皆さまからの共同募金を財源としています。

「フレッシュかも」さんに調理していただいたお弁当に、小学生からの手紙を添え、西大田地区の民生児童委員さんが一軒一軒お声がけしながら届けてくださいました。お弁当を受け取った方々は、「今回、初めて受け取りましたが、とっても嬉しいです!」、「寒い中、いつもありがとうございます。美味しくいただきますね」と皆さん笑顔でした。

募金して下さった皆さま、世羅町社会福祉協議会、世羅小学校、西大田地区民生児童委員の皆さまのご協力に心から感謝いたします。



## 西大田ふれあいサロン ミニ門松づくり

西大田ふれあいサロンでは12月19日(月)に、講師に松尾省三さんをお迎えして『ミニ門松づくり』を開催しました。毎年開催している人気行事の一つですが、今回も定員いっぱいの参加をいただき、色んな方から梅、蠟梅、南天やうさぎの飾りなど、材料の提供をしていただきました。参加された皆さんは、「毎年参加しているけど、毎年いいのが出来て嬉しい。」、「来年はもっといい年にしたいよねえ。」と新たな年に向けて賑やかに1日を終えました。



## 重永前ひまわり会「生け花の会」を開催

重永前振興会女性部のひまわり会では12月24日(土)に、講師に松尾和子さんをお迎えして、年末恒例の「生け花の会」を開催されました。コロナ禍で会員同士の交流が殆どできていないため、久しぶりの再会を喜び合い、近況報告にも花が咲いていました。

初めて参加された方は、「生け終わって先生に手直ししていただくと、豪華になってびっくり!」ととても喜んでおられました。

できあがった作品は持ち帰って床の間や玄関に飾られるとのことで、「お正月が華やかに迎えられるうれしい!」と、皆さん、笑顔で帰って行かれました。



## 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	
1 月	14	土	9:00	世友書道会	会議室	2 月	1	水	14:00	3B体操	大集会室	
			10:00	料理教室	調理室		2	木	13:30	リップルピラティス	学校記念室	
							13:30		筋トレ	大集会室		
			19:00	カラオケ同好会	大集会室		3	金	13:30	ラージボール卓球	大集会室	
			13:30	パン教室	調理室		17:00		詩吟	会議室		
					会議室		4	土	9:00	世友書道会	会議室	
	16(月)10:00～15:00西大田ふれあいサロン 手作り教室『うさぎの干支づくり』午前・午後の定員：各12名						19:00		カラオケ同好会	大集会室		
	17	火	13:30	リップルピラティス	学校記念室		6(月)10:00～15:00西大田ふれあいサロン にしおた保育所との交流会・お楽しみサロン					
	18	水	14:00	3B体操	大集会室		7	火	9:30	書道	会議室	
			13:30	面打ち	実習室		13:30		リップルピラティス	学校記念室		
	19	木	13:30	リップルピラティス	学校記念室		9	木	13:30	リップルピラティス	学校記念室	
			13:30	筋トレ	大集会室		10	金	13:30	ラージボール卓球	大集会室	
	20	金	13:30	ラージボール卓球	大集会室		11	土	9:00	世友書道会	会議室	
			17:00	詩吟	会議室				19:00	カラオケ同好会	大集会室	
	21	土	9:00	世友書道会	会議室		13(月)10:00～15:00西大田ふれあいサロン 手作り教室『フェルトバックづくり』午前・午後の定員：各12名					
			19:00	カラオケ同好会	大集会室		14	火	9:30	生花	大集会室	
	23(月)10:00～15:00西大田ふれあいサロン 『ネイルケア』午前・午後の定員：各10名						13:30		リップルピラティス	学校記念室		
	24	火	13:30	リップルピラティス	学校記念室		15	水	14:00	3B体操	大集会室	
	25	水	13:00	文月短歌会	研修室		16	木	13:30	リップルピラティス	学校記念室	
	26	木	10:00	モルック	ふれあい広場				13:30	筋トレ	大集会室	
			13:30	リップルピラティス	学校記念室				13:30	面打ち	実習室	
	27	金	13:30	ラージボール卓球	大集会室		17	金	9:00	センター長会議	大集会室	
	28	土	9:00	世友書道会	会議室				13:30	ラージボール卓球	大集会室	
			19:00	カラオケ同好会	大集会室				17:00	詩吟	会議室	
	30(月)10:00～15:00西大田ふれあいサロン みんなで歌おう・食事会・茶話会						18	土	9:00	世友書道会	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						10:00		料理教室	調理室		
	いつもきれいにご利用いただきありがとうございます										会議室	
	体 育 館	利用		時	団 体 名		20(月)10:00～15:00西大田ふれあいサロン 健康ほっと講座・茶話会	19	日	13:30	パン教室	調理室
毎週(金)		19:00	世羅空手道			会議室						
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									
ス ポ ー ツ 広 場	利 用 日		時 間	団 体 名		利 用 日		時 間	団 体 名			
	冬季休み		19:00	N40	冬季休み		8:30	グラウンドゴルフ同好会				

## 健康ほっと情報 お菓子食べ過ぎていませんか？ 健康保険課 ☎25-0134



### 間食の食べ方・選び方のポイント



- ★食べるなら午前中か午後3時まで
- ★量と時間を決める 「ながら食」は食べ過ぎのもと
- ★1日 200kcal 以内が目安

夕方から夜にかけて生活の中で消費するエネルギーは約 200kcal 程度です。

栄養成分表示をチェックする習慣をつけましょう。

栄養成分表示(例)	
1袋あたり	
エネルギー(熱量)Okcal	
たんぱく質	0g
脂 質	0g
炭水化物	0g
食塩相当量	0g

## 西大田カラオケ同好会のお誘い

西大田カラオケ同好会が 11 月に発足しました。楽しく歌ってストレス発散しています。腹式呼吸で、健康にもいいですよ。気軽に参加できるカラオケ同好会です。皆さんも、一緒に歌ってみませんか。

### 参加者募集中です。

申し込みは西大田自治センターまで

【活動日程】 毎週土曜日 19:00~21:00

【会場】 西大田自治センター大集会室

【問合せ先】 西大田自治センター ☎27-0001



## 西大田走ろう会の案内

世羅町スポーツ協会西大田地区では、次のように西大田走ろう会を開催します。多数の御参加をお待ちしています。健康状態に気を付け、決して無理しないようにお願いします。

【日時】 2月26日(日) 9:00 受付開始  
10:00 スタート

【場所】 西大田自治センター裏マラソンコース

【部門】 小学生 700m・1400m・2100m

一般 700m・1400m・2100m

【申込先】 西大田自治センター ☎27-0001

2/22(水)までにお申し込みください。

※西大田女性友の会によるうどんの炊き出しがあります。

※コロナ感染拡大状況により中止することがあります。



令和2年の大会の様子

## 大掃除ありがとうございました!

12月8日(木)と10日(土)に利用者さんによる自治センターの大掃除、12月10日(土)午後には西大田体育館の大掃除を実施しました。大勢の皆さんで、普段掃除できていない所を中心に、1年間たまった汚れをきれいに落としていただきました。寒い中ご協力いただき、ありがとうございました。



## 西大田ふれあいサロン みんなで歌おう・忘年会・お楽しみ抽選会

西大田ふれあいサロンでは12月12日(月)に午前中は講師に植田和成さんをお迎えして『みんなで歌おう』を開催し、午後からは、忘年会とお楽しみ抽選会を行いました。

「今年の漢字」が発表される日ということで、グループ対抗で漢字クイズをしたところ、皆さん、一生懸命に振り絞ってたくさんの漢字を出してくださいました。お楽しみ抽選会では、上位3名に豪華?プレゼントが送られました。

「今年もサロンでたくさん笑ったけえ、これで来年もいい年を迎えられるかな」

「まさか賞品が当たるとは思わなかった!帰って開けるのが楽しみ」と笑い声が絶えない1日となりました。

