

西大田 自治センター だより

第214号

令和8年2月12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.nishioota-jc.org/>

メールアドレス: nishioota-jc@mail.mcat.ne.jp

西大田のとんど焼き

1月10日(土)~12日(月)の連休に、西大田地区のあちこちで「とんど」が行われましたが、雪のため翌週に延期して実施した地域もありました。1月18日は春先のように暖かい日だったので、ご高齢の方もたくさん参加されたそうです。地区によっては、子どもたちのためにホットドックやマシュマロなども焼いて、

ワイワイガヤガヤ賑やかな時間を過ごされました。書初めも天高く舞い上がり、子どもたちと大人との楽しい交流の輪があちこちに広がりました。今年も、たくさんのとんど風景の写真をお送りいただき、ありがとうございました。西大田自治センターHP ブログに載せていますのでご覧ください。





1月5日(月)のサロンは、午前中は『貼り絵づくり』を開催しました。午年のお正月なので「馬と門松と鏡餅」の絵馬をベースに、折り紙を切って貼ったり、色鉛筆で馬の毛並みを表現したりと、それぞれの個性が光る作品が出来上がりました。「ちょっと難しかったけど、すごく集中して作業しとったわぁ」、「他の人の作品を見ると色んなやり方あって、勉強になったわ!」と感想を話しながら、作品の後ろに各自、今年の願いを書き、「この1年間も元気にサロンに来られますように」と願いました。

午後からは体操をした後、久しぶりのコミュニケーションマージャンを楽しみ、新たな年がスタートしました。



1月19日(月)のサロンは、講師に寺田裕子さんをお迎えして、『歌って遊ぼう』を開催しました。初めに「シルバー川柳」を紹介していただき、「あるあるだねえ!」、「まさにこないだ同じことがあったんよお!」と大笑いして緊張がほぐれました。次に腹式呼吸をして、よい空気を思い切り吸い込みウォーミングアップをしました。懐かしい歌に合わせて踊ったり、脳トレ体操をしたり、出来ても出来なくても皆さんしっかり楽しんでおられました。

午後からは体操をした後、にしおおた保育所との交流会に向け、子どもたちに贈る**プレゼントの準備**をしました。「どんな顔をして受け取ってくれるか楽しみじゃねえ」と準備する皆さんは、ニコニコ笑顔でした 😊



1月26日(月)のサロンは、にしおおた保育所との交流会を開催しました。今回は、年長さん10名と年中さん6名が来てくれました。まず、全員で好きな色を言いながら自己紹介をし、次に、「雪」と「たきび」の2曲を元気に歌ってくれました。そして、サロンの方々と肩たたきや手遊びでしっかり触れ合いました。全員ニコニコ笑顔で、たっぷり元気パワーをもらった後に、子ども達から手作りの首飾りを首にかけてもらって、ほっこりしました。サロンの皆さんからは、先日準備したメッセージカード入りの

お土産を「お家に帰ってから開けてね」と手渡し、最後は全員でハイタッチをしてお別れしました。「年長さんはもうすぐ1年生になるから、これまでほど会う機会がなくなるけえ、寂しいね」という声も聞かれましたが、次回は年中さんが年長さんになって、また会いに来てくれるのを楽しみに、「元気でがんばってね!」、「また、来てね〜」と笑顔で見送りました。



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	
2月	12	木	13:30	筋トレ	大集会室	13:30	クラフト	会議室	13:30	リップルピラティス	実習室	3月	1	日	11:00	せらひがレソフトボールクラブ 大集会室				
				ラージボール卓球	大集会室		2(月)10:00~15:00西大田ふれあいサロン ひな祭り・体操・コミュニケーションマージャン													
				詩吟	会議室		3/3(火) 税務申告(要予約) 大集会室													
	13	金	13:30	ラージボール卓球	大集会室	17:00	詩吟	会議室	3	火	9:30		書道	会議室	4	水	14:00	3B体操 大集会室		
				詩吟	会議室		5	木					13:30	リップルピラティス 実習室						
	14	土	9:00	世友書道会 会議室					17:00	17:00	詩吟			会議室	6	金	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			7					土					9:00	世友書道会 会議室	
	2/14(土) 野菜栽培研修会 春夏野菜の栽培方法について 13:30~ 大集会室									9	(月)			10:00~15:00	西大田ふれあいサロン 健康ほっと講座・体操・スカットボール					
	15	日	13:30	パン教室 調理室		会議室	10	火	9:30				生花 大集会室							
				会議室						13:30	リップルピラティス 実習室									
	16(月)10:00~15:00西大田ふれあいサロン 歌とレクレーション・食事会・体操・コミュニケーションマージャン										12		木	13:30	筋トレ 大集会室					
	17	火	13:30	リップルピラティス 実習室		13:30	リップルピラティス 実習室													
				18	水		14:00	3B体操 大集会室			13		金	13:30	ラージボール卓球 大集会室					
	19	木	13:30			面打ち 学校記念室		17:00	17:00	詩吟					会議室	14	土	9:00	世友書道会 会議室	
				13:30	リップルピラティス 実習室		19:00				カラオケ同好会 大集会室									
	20	金	13:30		ラージボール卓球 大集会室			17:00	17:00	詩吟	会議室		15	日	13:30	パン教室 調理室				
				13:30	なでしこの会 実習室		16(月)10:00~15:00西大田ふれあいサロン 歌とレクレーション・食事会・体操・コミュニケーションマージャン													
					17:00	料理教室 調理室										17	火	13:30	リップルピラティス 実習室	
	21	土	9:00	世友書道会 会議室		18	水	13:30	文月短歌会 研修室											
				10:00	料理教室 調理室				14:00	3B体操 大集会室										
	24	火	13:30		リップルピラティス 実習室		19	木		13:30	面打ち 学校記念室									
				26	木	13:30			筋トレ 大集会室		13:30		リップルピラティス 実習室							
	13:30	リップルピラティス 実習室					20	金	13:30	ラージボール卓球 大集会室										
		27	金	13:30	ラージボール卓球 大集会室					17:00	17:00		詩吟	会議室	21	土	9:00	世友書道会 会議室		
	9:00				世友書道会 会議室		10:00	料理教室 調理室												
					12:00	世羅FC 大集会室		19:00	カラオケ同好会 大集会室											
	28	土	9:00	世友書道会 会議室		19:00	19:00		カラオケ同好会 大集会室	20	金		13:30	ラージボール卓球 大集会室						
				12:00	世羅FC 大集会室			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													
	19:00	カラオケ同好会 大集会室		10:00			料理教室 調理室													
体育館		利用日			時間	団体	体育	名				21	土	10:00	料理教室 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																
ふれあい広場	毎週土曜日		8:00	グラウンドゴルフ同好会																
	随時			セラアニマル																
	毎月6日~7日頃		10:00	モルック同好会																

健康ほっと情報 感染症にご注意ください! 健康保険課

空気が乾燥し気温が低くなるこの時期はインフルエンザや新型コロナウイルス、ノロウイルスなどが流行しやすくなります。日頃から基本的な感染対策を心がけ、元気に冬を乗り切りましょう。

① 手洗いを習慣に

外出後や食事前、トイレの後は石けんと流水で手洗い。
指先・親指・手首は洗い残しが多い部分です。
しっかりと洗いましょう。



② マスクと咳エチケット

せきやくしゃみが出るときは、マスクを着用しましょう。
鼻までしっかり覆うことがポイントです。



③ 体調管理

睡眠をしっかりと、無理をしないことも大切です。
体調が悪いときは早めに休養をとり、
必要に応じて受診しましょう。



西大田地区

グラウンドゴルフ大会

- 開催日：2026年3月28日(土) 雨天の場合
- 受付開始：午前9時30分~
- 開会式：午前10時00分~
- 場所：西大田ふれあい広場(西大田自治センターグラウンド)
- 表彰：優勝、準優勝、第3位(一般の部・小学生の部)
ホールインワン賞、抽選賞、参加賞
- 申込方法：Google フォーム または
電話・FAX でお申込みください

※未就学児は保護者と一緒にプレーをお願いします。
※定員：28名 定員になり次第締め切ります。

お問合せ・申込先 西大田自治センター ☎0847-27-0001 Fax0847-27-0200
【主催】西大田地区振興会連絡協議会 【共催】西大田グラウンドゴルフ同好会

『抽選会』を開催します!
ふれあい棟大集会室に
ご集合ください
受付：午前9時30分~
開始：午前10時00分~



寒風の中 元気いっぱい 西大田走ろう会

2月1日(日)に「第48回西大田走ろう会」が、西大田自治センター裏マラソンコースで開催されました。700m・1400m・2100mの3部門に、4歳から81歳まで53名の方が参加され、応援のご家族や地域の方々、協力者も含めると140名余りが集まりました。去年は雪のため中止となりましたが、今年は走ろう会日中で、着ぐるみや仮装、スーパーマンの衣装で走った方もおられ、子ども達の人気の的でした。また、今回も世羅高校陸上部の皆さんと一緒に準備運動や伴走をしてくださいました。世羅高生によるデモンストレーションでは「8割程度の本気走り」をお願いしたところ、それでも圧倒的なスピードで、子ども達は「あれが本気じゃない走りだなんて、やっぱり世羅高生はすごい！」とびっくりしていました。閉会式のあとは、女性友の会による「うどんの炊出し」が大盛況でした。

一般女子の700mの部では、親子で走った6歳の女の子が優勝し、「前から賞状がほしかったから、とっとうれしい！来年も出る！」と、喜びいっぱいでした。小学生になって初めて一人で走った男の子は、「賞状はもらえなかったけど、走ろう会に参加できて楽しかった」と、うれしそうでした。1400mの部で準優勝だった男子は、「前は入賞できなかったけど、今回は賞状がもらえてうれしかった。来年は優勝できるように頑張りたい。世羅高校の人の走りを近くで見れてよかった」と、笑顔でした。2100mの部で優勝した中学生の女子は、「優勝できてうれしかった。賞状がたくさんの人にあってよかった。寒かったので、走った後のうどんが本当においしい♡」と、うどんをお代わりしていました。地域の皆さんも、「選手の力走から元気ももらえた」と、寒い中でも大変あたたかい大会になりました。

