

ノルディックウォーキング&お花見会

❖体協&振興区❖

恒例になりました、ノルディックウォーキングで、春の本村を散策してみませんか?・・・
振興センター～蘇羅比古神社周辺を散策します。(桜が咲き、花桃が咲き始めます)
散策が終わったら、午後からは、振興センターの桜の下で、お花見をしましょう。

< ノルディックウォーキング >

日時 4月7日(日) 午前9時受付、午前9時30分開始
場所 本村自治振興センター集合(雨天の場合は体育館)
申込み 4月3日(水)までに、振興センターへ
※ノルディックウォーキングのポールをお持ちの方は持参ください。
参加費 無料



(昨年の様子)

< お花見会 >

日時 4月7日(日) 12時～
場所 本村自治振興センター グラウンド(雨天の場合は、室内)
参加費 2500円
申込み 振興センター (78-2743)
締切り 4月3日(水)までに、振興センターへ申込下さい



春の祭日 ENNICHII

NPO法人

❖癒しの家 苫屋(とまや)❖



【日時】4月11日～13日 10:00～15:00

【会場】苫屋周辺(芥川商店となり)

(作品展&販売コーナー)

(軽食コーナー)

* 苫屋利用者さんの作品展・活動内容の写真展 * カレーライス・巻寿司・おはぎ・ぜんざい

* 葛の作品展&即売会 花桃ジャム・野菜など * コーヒー・抹茶・ジュースなど

詳細お問合せ 090-7128-8350(芥川) 090-3175-6155(保村)



4月行事予定



月 日	行事予定	場 所	時 間
4月7日	ノルディック&お花見会	振興センター	9:00受付
4月10日	ふれあい給食	調理室	8:30～
4月15日	本村デイホーム	よもやま館	9:30～
4月15日	自治会長会(新旧)	会議室	19:00～
4月19日	振興区 総会	二階会議室	19:30～
4月24日	ふれあい給食	調理室	8:30～

編集後記

年度末になりました。30年度も色々ご支援・ご協力
頂きありがとうございました。

新年度もよろしくお願い致します。

今年は、雪が少なく過ごしやすい冬でした。桜の花も早
く咲きそうですね。春の陽射しの下ノルディックウォー
キングをしませんか?・・・参加をお待ちしています。

健康教室のこたえ・・・(ん) しんかんせん

おくりもの

本村自治振興区へ

本村地区社会福祉協議会へ

◆ 香典返し
池村 伸治様(三十戸 故 池村サツ子様)

◆ 見舞返し
森上 和光様(明 善)
芥川 公明様(祇園谷)
金一封を賜りました
ありがとうございました

発行 平成31年3月20日

庄原市本村町1234-1

TEL/FAX 78-2743

編集 本村自治振興区



本村自治振興センターだより

平成31年
3月号

あんしん

主な記事

- ・しいたけ駒菌打ち体験 ・健康教室
- ・避難訓練 中本自主防災会
- ・上谷村絵図を読む会
- ・史跡研修の旅・男性料理教室
- ・お助けネット
- ・ノルディック&お花見会の家
- ・行事予定・おくりもの

3月



しいたけ駒菌打ち体験

3月16日(土)今年もしいたけの駒打ち体験を行いました。
まず、地縁団体 共栄会会長より、しいたけの駒打ちの説明があり
ました。

男性の方は、ドリルでしいたけの原木に穴を開けていき、女性
の方は、穴に駒菌を打ちこみしていきました。

途中、休憩をはさみながら、午前中行いました。

雨には降られませんでした。肌寒い日でした。

❖(地)共栄会❖



(駒打ちの2週間前位に、雑菌
が入らないようにシイタケ
の原木を煮ています)



健康教室

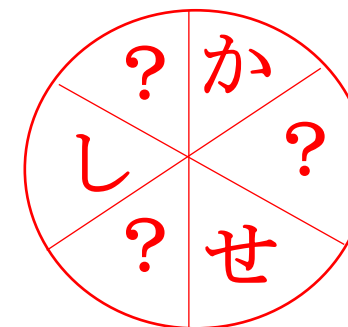
❖民生委員会❖

3月15日(金)、今回も楽しいトークから始まりました。インストラクター小原美恵子さ
んによる健康教室の開催です。

今回も椅子に座ってできる運動。骨密度アップ。椅子に座って足踏み、3の倍数で手を叩
いたり、3のつくところでも手を叩いたり、頭も使って足踏み。認知症予防にもなるそうで
す。

音楽に合わせて、身体や手足の体操なども行ないました。

楽しみました。



?に入る文字はなんでしょう
同じ文字が入ります

避難訓練実施

❖中本自主防災会❖

3月3日(日)中本自主防災会では、昨年に引き続き避難訓練を行いました。

大雨による避難勧告が発令されたとの想定で連絡網により電話連絡をし、本村自治振興センターへ総勢28名避難しました。

庄原市危機管理課職員の講師による、川北町被災DVDを鑑賞、『災害に備えて』について講演の他、非常時の持ち出し品・備蓄品チェックリスト、いざという時の連絡先一覧表など配布を行いました。最後には、非常食(保存食)の温かい『パスタ』を試食し、非常時の心構えについて学びました。



(非常食パスタ)



(非常食の試食)



(危機管理課片岡氏の講演)

上谷村の絵図を読む会

❖上谷自治会&上谷歴史研究会❖

3月2日午後1時半より上谷コミュニティセンター「いきいき館」において上谷歴史研究会と上谷自治会共催で「上谷村の絵図を読む会」を開催しました。

この絵図は、今から大体300年前の江戸時代の享保3年(1718年)ごろに書かれたとみられ、現在も上谷の各地に残っている史跡や道などの位置が記載されています。

当日は、上谷以外からの参加者もあり、上田輝馬先生や藤川廣明さんの解説に耳を傾け、上谷の歴史に想いを募らせました。



(上谷村の絵図を読む会開催)



(上田先生の講話)

火災多発警報発令中

❖庄原市役所危機管理課❖

3月4日、庄原市に火災多発警報が発令されました。(5日庄原市の回覧文書にて抜粋)

本年1月1日～3月1日までの間に5件の火災が発生し、直近1か月で建物火災が3件あり、内1件は1名の方が亡くなりました。これから特に空気が乾燥しやすい季節です。野焼き(畦焼き)をされる方は特に気を付けて下さい。バケツに水を入れて近くに置きましょう。

倉敷の児島地区へ行ってきました(史跡研修の旅)

❖生涯学習部❖

3月10日(日)今年度、振興区最後の行事として、文化史跡研修の旅を岡山の倉敷市児島地区へ行ってきました。あいにく朝から雨降り雨の一日となりました。

児島は、ジーンズが有名です。ジーンズミュージアムでジーンズの歴史・製造工程や展示品の見学。ショップでは色々なグッズを見学したり買い求めたりしました。国指定重要文化財の旧野崎家(野崎家は、製塩業と新田開発で財を成した)やおひな同窓会(百畳敷に千体の雛人形展示)なども見学しました。

雨降りの為、集合写真は撮れませんでした。雨の中お疲れ様でした。



(ジーンズミュージアムにて)



(鷲羽山展望台からのぞむ瀬戸大橋)

第3回男性料理教室

❖環境福祉部❖

3月13日(水)今年度3回目の男性料理教室を行いました。

テレビのCMでおなじみの、味ポンを使用して鶏肉のさっぱり煮を作ってみました。

皆さんテキパキと、とても早く出来上がりました。



メニュー

- ・鶏手羽元のさっぱり煮
- ・ヤーコンと人参のきんぴら
- ・菜の花と生ハムのサラダ
- ・油揚げと豆腐の味噌汁

卒業おめでとう!

❖放課後子ども教室❖

3月11日(月)峰田小学校の卒業を間近にして、峰田放課後子ども教室では、少し早く6年生の子供たちの卒業をお祝いしました。



お助けネット

❖地域マネージャー❖

利用状況(2月15日～3月14日)

- *日常生活支援・清掃・片づけ・家具移動 3件
- *修理・設置・塗装 2件
- *伐木 1件
- *相談(PC取扱・家電取扱・家具修理組立) 11件

気を付けましょう!!

今月始め、本村地域に不審者がうろついてたという情報がありました。戸締りをして、不審な方を見かけたら、近隣に声を掛けましょう。警察にも通報しましょう。振興センターにも一報お願いします