

# 帝釈自治振興区 しんこうセンターたより



第 352 号  
(令和 7 年 2 月 4 日)  
発行：帝釈自治振興区  
電話：6-0055 (FAX 兼)

E-mail : taishaku@vesta.ocn.ne.jp  
HP : http://taishaku.server-shared.com/

## これからの主な行事予定・施設利用等

2月 4日 (火)	行政文書		
2月 6日 (木)	パソコン・スマホ教室	10時	
2月16日 (日)	帝釈地域ボウリング大会	13時	
2月17日 (月)	帝釈蕎麦づくり研究会～食べる会～	11時 45分	
2月19日 (水)	行政文書/役員会	19時	
2月19日 (水)	令和7年申告相談 (未渡・始終)	8時30分～16時	東城支所
2月20日 (木)	〃	(山中・宇山) 8時30分～16時	東城支所
2月20日 (木)	東城町自治振興区連絡協議会視察研修		
2月23日 (日)	もみじサロン	14時	
2月26日 (水)	かじかクラブ	13時	
3月 4日 (火)	行政文書		
3月 6日 (火)	パソコン・スマホ教室	10時	
3月 7日 (金)	ふれあい弁当	9時	
3月19日 (水)	行政文書		
3月26日 (水)	かじかクラブ	13時	

その他の教室

グラウンド・ゴルフ (2/8 2/13 2/22 2/27)

## ご厚志のお礼

香典返しとして

帝釈自治振興区未渡支部へ 錦織 訓司 様

ありがとうございました。

## 地域マネージャー報告～福田ほほえみサロン～

1月25日(土)、福田ほほえみサロンが福田集会所で開かれました。山中・山中下・川烏・保田から10名の参加者があり、室内でできるスポーツ“ポッチャ”にチャレンジしました。ポッチャは3名でチームを作りチーム対抗で、得点シートに向かってボールを投げ得点合計を競います。体の不自由な方もいっしょに室内でできる楽しい競技です。



ポッチャ競技中

(感想)ポッチャは極めて簡単なルールで、体に大きな負担は掛かりません。軽い汗をかいて楽しい時間が過ごせます。ポッチャは社会福祉協議会で借りることができますので、他のサロンの皆さんも利用ください。競技後は茶話会があり、ポッチャや地域の話題で盛り上がりました。

地域マネージャー 小林直時



## 新年互礼会 1月19日(日)

50名を超える参加者で盛大に新年互礼会を開催いたしました。

初めに表会長と谷口議員の挨拶の後、記念講演は、東京の地方創生グローバル推進機構の西村尚さん（帝釈山中出身）が帝釈地域の取り巻く環境と町づくりのポイントについて話をされ、さらに防災による地域の取り組み方についてお話しいただきました。

高齢化率の高い帝釈では、住民による見守りや災害への備えを充実させる取り組みが必要であると再認識しました。



たくさんの来場者



記念講演講師の西村さん



全員で乾杯！



乾杯！！ 森脇さん

参加者中一番の高齢者である森脇さんの元気いっぱいの音頭で、「帝釈の発展・健康・多幸を祝い」全員で乾杯をしました。

その後は無礼講で、ビール片手に新年の挨拶を交わしていました。この日庄原駅で芸備線のイベントを終えた市長も参加され住民の皆さんと会話が弾んでいました。

料理は寿司と刺し身以外は、有志による手料理で、エビフライ・サラダや酢の物等があり、特に大鍋で煮たおでんは大人気でした。

準備にご協力いただいた女性グループの皆様、ありがとうございました。



## 帝釈蕎麦づくり研究会～食べる会～ 1月20日(月)

今回は手打ちとろろ蕎麦（冷・温）でした。

そばを使ったメニューにチャレンジしました。

1品はガレットです。蕎麦粉と蕎麦のふすまで生地を作りハムとチーズ、卵を乗せて焼き上げるとモチっとした触感で美味しかったです。2品目は蕎麦かりんとう、蕎麦生地を太く切り油で上げて塩をまぶしました。口にいれるとサクサク触感でおいしく手が止まりませんでした。

蕎麦粉を使った料理がありましたら教えてください。

チャレンジしたいと思います。

次回は2月17日(月) 11時45分からです。

ぜひ食べにお越しください。前日までにご連絡ください。



蕎麦のガレット



蕎麦かりんとう

