



# 上高自治振興区 夢まちだより

(令和7年10月20日発行)  
庄原市高野町新市1283番地  
☎:0824-86-2214  
FAX:0824-86-2357  
e-mail: kamitaka.zichi@gmail.com

先日までの夏日がうそのように、朝晩はすっかり秋の空気に包まれるようになりました。  
今年は長雨の影響で稲刈りが思うように進まず、ご苦労された方も多いことと存じます。  
足元の悪い中での作業、本当に疲れさまでした。これからは秋祭りの季節を迎え、地域  
にも少しずつ賑わいが戻ってまいります。  
冬も間近に迫り、気温の変化が大きくなる時期です。どうぞ体調には十分ご留意いただき、  
実りの秋を、スポーツや旅行などを通じて健やかにお過ごしください。



上高自治振興区は・・・地域の中にある様々な課題

(困りごとなど)をみんなで話し合いながら解決に向けて

いくとともに、より地域が元気になる活動(地域づくり)

と一緒に進めています。



ちょっとのぞいて  
見ようかな♪



## ディホーム きょういこう家 (敬老会)



毎月第4木曜日に開催しているディホームで  
敬老会を行ないました。

今回は、比和町の「紅一座」による演劇『三婆』  
が披露されました。元気なおばあちゃん三人が  
憧れの男性をめぐって繰り広げるコミカルな内容  
で、笑いと歌、会場を巻き込んだ踊り、体操など  
大盛り上がり！そのほかにも、シルバーリハビリ  
体操やお弁当、神楽の映像鑑賞など、皆さんに  
とって楽しいひとときとなりました♥

シルバー  
リハビリ体操



お食事タイム



※ディホームきょうもいこう家は、毎月第4木曜日に開催しています。皆様のご利用お待ちしています♥

# 紅一座『三婆』

※3人の元気なおばあさんが、若い頃憧っていた男性を取り合う物語

何であんたのものなん!!



この人は私のものよ ❤



私だけの  
思いが届きますように ❤

みんなで、歌いましょう



手のひらを太陽  
に透かして見れば～♪  
皆で大合唱です



最後は皆で仲良く



『紅一座』の皆様ありがとうございました ❤



面白かったです ❤



神楽の映像を見ていただきました!



お帰りは“おでかけわごん”で

11月の開催は

11月27日（木）  
ご参加お待ちしています



# お知らせ

## 地域マネジャー募集

上高自治振興区では地域マネージャーを募集しています。

### 募集人員

- ・防災担当 1名
- ・地域交通担当 1名

\* 詳しい内容は上高自治振興区へお問い合わせ下さい。

### 【お問い合わせ先】

上高自治振興区

☎ 86-2214

貴重なお写真のご提供有難うございました。上高自治振興区では皆様からの色々な情報を待ちしております。

## ★11月：各事業予定★

シニアストレッチ教室 	毎週月曜日 午後2時45分～3時30分 参加費：1回 300円	上高自治振興センター ※なみかカード持参者には10ポイント付与  (ただし、毎月1回のみの付与とする)
子ども塾 	毎週水曜日 午後4時～5時30分 対象：小学生 受講費：3,000円（月額）	上高自治振興センター  <b>※生徒募集中☆</b>
高齢者福祉部会出前講座 	11月18日（火）14時～ 内容：『誤嚥性肺炎の予防』 講師：庄原赤十字病院 看護師 竹岡雅美様 締切：11月11日（火）	上高自治振興センター ※行政回覧でチラシを各戸配布しています。 ※なみかカード持参者には10ポイント付与 
そば打ち教室 	11月26日（水） 時間：10時～12時 参加費：500円 講師：清水孝清様 締切：11月19日（水）	高野保健福祉センター（調理室） ※行政回覧でチラシを各戸配布しています。 ※なみかカード持参者には10ポイント付与  ※当日別会場の為、 後日のポイント付与となります 

今年は“コウタケ”が豊作らしいです  
おいしそうですね 😊 立派です !!



ちょっと小耳に  
はさみました

