



# 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かったことと存じます。  
足元の悪い中での作業、本当にお疲れさまでした。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過ごしてください。



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)

を一緒に進めていきます。





ちょっとのぞいて  
見ようかな♪



## デイホーム 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イホームで敬老会を行いました。

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る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



※デイホームきょういこう家は、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おります♡



# 紅一座『三婆』

※3人の元気なおばあさんが、若い頃憧れ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♡

三人で仲良くせんといけんね

最後は皆で仲良く

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



『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“おでかけわゴン”で

11月の開催は

11月27日(木)

ご参加お待ちしております



# 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

今年は“コウタケ”が豊作らしいです  
おいそうですね😊立派です!!



ちょっと小耳に  
はさみました

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お待ちしております。

## ★11月：各事業予定★

<p>シニアストレッチ教室</p>	<p>毎週月曜日 午後2時45分～3時30分 参加費：1回 300円</p>	<p>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)</p>
<p>子ども塾</p>	<p>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)</p>	<p>上高自治振興センター ※生徒募集中</p>
<p>高齢者福祉部会出前講座</p>	<p>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)</p>	<p>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</p>
<p>そば打ち教室</p>	<p>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)</p>	<p>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</p>