



# 八幡自治振報

元気を出そう! 「やわた」

八幡の人口 《12月末日現在》

発行 八幡自治振興区

660名 (先月比 ±0)

☎・FAX 08477-4-0205

男性 310名 (先月比 +2)

☒ yawata@vesta.ocn.ne.jp

女性 350名 (先月比 ▲2)

## 今年一年の無病息災を願いました

## 〔川島・田黒／とんど焼き〕



田黒

正月明けの風物詩「とんど焼き」が、田黒と川島で今年も行われました。

立てられた笹竹の櫓に正月飾りや書初めなどを一緒にし、火がつけられます。立ち上る煙と炎を眺めながら、お迎えした

歳神様をそれぞれお見送りされました。

今年は穏やかなスタートになったかと思いきや、連日、事件・事故の報道が続いています。地域の皆さんにとって家内安全・無病息災の良い年になることを願っています。



川島

## 2月20日 (木) 健康マージャン教室 (第2回) を開催します

1月23日 (木) に開催した健康マージャン教室。全くの初心者から昔やった経験のある方まで集まり、村上貴敏さんから説明を受けながらやり方を学びました。



麻雀牌を2段に積むところから苦戦しつつ、経験者にも教わりながらワイワイと練習対戦を行い、どうやってアガる (勝つ) のかを何とか理解できたかな? というところで1回目の講座は終了しました。

やはり麻雀の醍醐味は、役をつくって高得点でアガれるようになること!

そこで第2回目の講座では、役の種類や得点の数え方などを習い、本格的に打てるようになることを目指してみます。初心者講座ですので、1回目の講座に参加されていない方でもOK。まずは一緒に**やってみましょう!**

日時 2月20日 (木) 13:30~

場所 八幡自治振興センター (和室)

備考 ・参加費無料

・参加の方は事務局 (☎4-0205) へお知らせください。

# フィットネスで「健康寿命」を維持しましょう



故障で使用を中止していたフィットネス機器の修理ができ、リフレッシュして先日返って来ました。

腹直筋（お腹前面の筋肉）が鍛えられる唯一の機器だったので、これでやっと以前と同じように運動を行うことができるようになります。

先日の中国新聞で、広島県内の女性の健康寿命が全国下位（46位）と報じられました。他県と比べて「長時間座ったまま過ごす」割合が高く、「週2回以上・30分以上運動する」割合が低いことが原因だそうです。

寒さ厳しいこの冬を「健康」で乗り切るため、フィットネスをご活用ください。

## 4月からの活動に向けて・・・

年明けから、役員会や各専門部で令和7年度活動計画についての協議を始めています。

八幡も人口減少と高齢化が進み、毎年20～30人減、高齢化率も58.0%と市内22振興区中4番目に高い地域となっています。今は高齢の方が元気に活動されていて地域のコミュニティもなんとか維持されている印象ですが、あと5年、10年も経つと難しくなってくることは容易に想像されます。

これからの振興区活動の基となる『八幡振興計画』の策定が遅れてますが、3月頃には皆さんの気持ちや意見を伺うアンケートの実施を予定し、来年度には計画を仕上げたいと思っています。

### 元気で楽しく住み続けられる八幡

にするには、皆さんからのご意見・ご要望、参加と協力が欠かせません。皆さんが理想とする八幡地域を一緒に考えていきましょう。

振興区ごとの人口（令和6年10月1日現在）

振興区	人口	高齢化率	年少割合
八銚	375	64.8%	3.7%
帝釈	366	63.4%	4.9%
新坂	171	63.2%	6.4%
<b>八幡</b>	<b>666</b>	<b>58.0%</b>	<b>6.3%</b>
久代	333	57.1%	6.6%
比和	1,103	57.0%	6.2%
本村	508	55.5%	5.9%
小奴可の里	946	55.0%	5.9%
下高	494	54.7%	6.7%
峰田	527	54.6%	6.3%
西城	2,505	52.7%	6.6%
北	1,113	52.4%	7.9%
上高	957	52.0%	8.2%
高	1,063	51.0%	7.1%
口和	1,708	50.1%	9.9%
総領	1,096	50.0%	8.9%
山内	1,448	49.9%	8.4%
田森	577	49.2%	8.8%
東城	3,492	42.9%	8.9%
東	3,658	35.3%	11.8%
庄原	5,632	33.5%	12.2%
敷信	2,630	30.7%	12.9%
市全体	31,368	44.6%	9.4%

※「年少割合」… 0～14歳の割合

## ご厚志のお知らせ

中島 伸顕 様から 玉串料返しとして

八幡自治振興区・八幡自治振興区川島支部へ 金一封

誠にありがとうございました。