

# 帝釈自治振興区 しんこうセンターたより



第 354 号  
(令和 7 年 3 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

3月 4日 (火)	行政文書	
3月 5日 (水)	帝釈包括ケアネット連絡会議	13時 30分
3月 6日 (木)	パソコン・スマホ教室	13時 30分
3月 7日 (金)	ふれあい弁当	9時
3月10日 (月)	帝釈蕎麦づくり研究会～食べる会～	11時 45分
3月11日 (火)	東城木の駅実行委員会研修旅行	
3月19日 (水)	行政文書	
3月26日 (水)	かじかクラブ	13時
4月 4日 (金)	行政文書	
4月13日 (日)	庄原市長選挙・庄原市議会議員一般選挙投票日	
4月15日 (火)	役員会	19時
4月23日 (水)	帝釈自治振興区総会	19時
その他の教室	ステンドグラス教室 (3/15)	
	グラウンド・ゴルフ (3/8 3/13 3/22 3/27)	

## 帝釈地域ボウリング大会の開催 2月16日(日)

帝釈地域ボウリング大会を庄原伍楽荘で開催しました。お子様から大人まで50名を超える参加者があり全レーンが貸し切り状態でした。競技中はボールを持てば真剣に、相手がスペアを取れば大きな歓声で称え、和気あいあいとした楽しい大会となりました。競技を終えた皆さんは来年の大会で逢うことを誓いあっていました。



チーム優勝：山中支部

### 【団体の部】

- 優勝 山中支部
- 2位 竹渡支部
- 3位 始終支部
- 4位 宇山チーム
- 5位 未渡支部
- 6位 山中下支部
- 7位 帝釈支部

### 個人の部

- 【女性】
- 優勝 松井晴美さん
- 2位 横山文枝さん
- 3位 表志保さん
- 【男性】
- 優勝 本田和穂さん
- 2位 福本啓治さん
- 3位 高尾道治さん



男性優勝  
本田和穂さん



女性優勝  
松井晴美さん



## 役員会を開催 2月19日(水)

令和6年度第4回目の役員会を開催しました。高齢化の波の中で“役員のなり手が少ない”ことや“事業活動が困難になりつつある”など課題がどの支部にもあります。そのため専門部の体制見直しなどについて討議しました。



役員会

..... 【協議事項】 .....

### ① 令和7年度事業計画(案)

※今回のたよりでお知らせしますのでご覧ください。

### ② 新年度予算について

新年度の市交付金が減少となるため、支部への配分金の見直しを行う。

施設管理費 5万円(支部あたり1万円減)

活動費 4千円(戸あたり千円減)

### ③ 専門部再編

・「生涯学習部」を「スポーツ部」と名称変更する。

・「高齢者部」を「社会福祉部」に統合する。

高齢者部で実施していた高齢者グラウンドゴルフ大会は実施

・「女性部」を廃止する。

※規約を変更する必要があるので、総会に規約変更提案する。

### ④ 令和7年度総会に向けて

総会日時 4月23日(水) 19時～

### ⑤ 新年度役員選考について

会長と各支部長による役員選考会を開き以下の案となった。

表会長は「自治振興区の統合や交付金の見直し、事務職員の待遇改善など課題が多い。もう一期継続して筋道を立て引き継ぎたい。」と話しました。

●会長・副会長と監事は引き続き継続

会長 : 表良則さん 副会長 : 田邊文隆さん、竹岡浩治さん、沖野邦子さん

監査 : 岩崎恒雄さん、横山友三さん

※協議した事項は、総会に議案として提案し採決を受けます。

各支部長への依頼事項(回答は～4月15日までにセンターへ)

総会の代議員名簿

支部の令和6年度事業報告と決算報告、および令和7年度事業計画書

役員会の開催 4月15日(火) 19時～

## ガスコンロの寄贈

広島県LPガス協会青年委員会が、地球環境保全の一助として、使用期限切れガスメーターを回収し業者へ販売した収益で、庄原市の自治振興センターにガス器具を寄贈くださいましたので、お知らせします。帝釈自治振興区センターに3台の新しいガスコンロが設置されました。



# もみじの丘帝釈だより

社会福祉法人  
東城有栖会

令和 7年 3 月号

小規模多機能型居宅施設もみじの丘帝釈

〒729-5244

広島県庄原市東城町帝釈末渡 2022-2

電話 :08477-3-4005

FAX :08477-3-4006

Eメール :[momiji@alice.or.jp](mailto:momiji@alice.or.jp)

2月の行事食は「節分恵方巻」です！！



皆さんと巻き寿司を巻いたのち、今年の恵方である西南西を向いて味わいました。

今月のおやつ作りは

「さつまいも餡たっぷり じゃがいももち」です

地元で頂いたさつまいもを使って、芋あんがいっぱい詰まった「じゃがいももち」を作りました。懐かしい味、美味しくできました。



2月の曜日対抗レクは「鬼をよけろ」👹

5つのボールを蹴り、鬼をよけてタオルの上で止めるゲームです。「あー当たった」「あー行き過ぎた」と皆さん賑やかに楽しまれていました。👹

100歳の利用者も頑張りましたよ



2月のもみじサロンは「カラオケ」🎵とリズム体操、少人数でしたが楽しく過ごしました。次回は3月23日（日）です。



健康に役立つひと口講座

春到来！スギ花粉やヒノキ花粉が飛散する季節です

辛い花粉症、悪化を防ぎ症状を軽減させる為の「セルフケアのポイント」を紹介します。

- 🌸 「外出時」ほとんどが鼻と口から入ってきます。正しくマスクを使用することで約84%の花粉を防ぐことができます、花粉対策用の眼鏡は98%の花粉を防ぐことができます。そのほかにも衣服、ガードスプレーを使用して花粉を体内に入り込まないようにしましょう。
- 🌸 「帰宅時」花粉が飛散しやすい時の外出は避け、花粉を持ち込まないこと、玄関に入る前にバッグや髪の毛、衣類などに着いた花粉を払い落としましょう。手洗い、うがい、洗顔（鼻うがいや洗眼は良い）を行うと効果的です。
- 🌸 「洗濯物」洗濯は室内干しをおすすめします、風通しが良くなるよう間隔を開けて、除湿器やエアコンの除湿機能を利用してみましょう、換気は花粉の飛散量が少ない朝と晩に行うのがお勧めです。