

帝釈自治振興区 しんこうセンターたより



第 155 号

(平成 28 年 10 月 5 日)

発行：帝釈自治振興区

電話：6-0055 (FAX 兼)

E-mail : taishaku@vesta.ocn.ne.jp

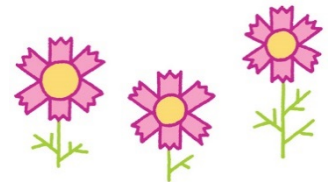
これからの主な行事予定・施設利用等

- 10月 5日(水) 行政文書
8日(土) もみじグループ
9日(日) 東城地区総合体育大会
11日(火) 東城町自治振興区親善グラウンドゴルフ大会 午前8時30分～
12日(水) ベっぴん会手芸教室
12日(水) 役員会 午後7時～
15日(土) ふれあいステージ
16日(日) ふれあい東城まつり
17日(月) 女性部研修旅行(岡山方面藍染め体験ほか)
18日(火) ベっぴん会生花教室
19日(水) 帝釈自治振興区高齢者部グラウンドゴルフ大会 午前8時30分
20日(木) 行政文書
21日(金) 広島県公民館大会(尾道市：大神参加)
21日(金) 民生協議会福祉部会
26日(水) ベっぴん会手芸教室
29日(土) もみじまつり準備 午後1時～
30日(日) 帝釈もみじまつり
11月 4日(金) 行政文書
6日(日) 帝釈郵便局親善グラウンドゴルフ大会

その他の教室

グラウンドゴルフ教室(10/1 10/15)

箏曲教室(10/7 10/14 10/21 10/28)



ご厚志のお礼

見舞い返しとして

帝釈自治振興区山中支部へ

市村 佳朗 様より

ありがとうございました。

第9回 帝釈もみじまつり

日 時 平成28年10月30日(日)

開会 午前10時

閉会 午後 3時

会 場 帝釈自治振興センター駐車場



※今年も紅葉シーズン真っ只中を狙って、帝釈もみじまつりを開催します。

各支部では、自慢のオンリーワンを提供しようと準備に入っています。ご近所お誘い合わせで大勢お越しください。(詳しい内容は、別紙のチラシをご覧ください)

ふれあい東城まつりについて

10月16日(日)東城小学校グラウンドで、「ふれあい東城まつり」が開催されます。

自治振興区対抗丸太切り競争があり、帝釈自治振興区からもエントリーします。また、Oh!!汁グランプリには帝釈特産品生産組合が参加します。みなさんの応援をお願いします。

帝釈自治振興区高齢者部 グラウンドゴルフ大会のお知らせ

日時 10月19日(水)
午前8時30分受付

会場 旧帝釈小学校グラウンド

参加費 無料

参加申込 10月12日(水)までに各支部の高齢者役員または、帝釈自治振興センター(電話 6-0055)へお申込みください。



「みんなつながる地域交流会」で報告

10月4日(火)ウイル西城で社会福祉協議会が主催した「みんなつながる地域交流会」があり、東城町内の各自治振興区と西城町の各自治振興区が地域で安心して元気に暮らしていくために、地域ではどんな取り組みができるか、事例発表がありました。

帝釈自治振興区からは、おたがいさまネット事業と、高齢者応援隊事業について報告しました。

他の振興区からは、デイホーム事業や自主防災の取り組みなどの報告がありました。いづれにしても、常日頃から地域で互いが助け合わなければ安心して過ごせる地域づくりにはならないということです。ごく当たり前のことのように、ニュースではご近所のトラブルがあったり、家族間でのトラブルで傷害事件が起きたりと聞きます。これからも帝釈地域で安心して暮らせるよういっしょに考えましょう。

エゴマの葉を使った料理で健康づくり

10月4日(火)エゴマの葉を使った料理教室を開催しました。

庄原市役所の栄養士、小谷美江さんからご指導を受けました。エゴマの効能について学習したのち、持ち寄ったエゴマの葉でいろいろな料理を習いました。

エゴマの葉の効能は、殺菌効果・消臭効果・中性脂肪の分解・血液の循環を良くする・細胞の活性化・老化防止など多くの効果が期待されます。

帝釈地域では今年度からエゴマの栽培を手掛けています。高齢になっても健康で長生きできる帝釈人を目指しましょう。

※エゴマの葉の料理メニュー

- 昆布たれの焼き鳥地産野菜丼
- エゴマの葉とじゃがいものちぢみ
- エゴマの葉のジョン
- エゴマペースト
- 簡単エゴマふりかけ
- エゴマジュース



帝釈郵便局からのお知らせ

帝釈郵便局親善グラウンドゴルフ大会を開催します。参加希望の方は、10月28日(金)までに帝釈郵便局へお申込みください。多数賞品を用意しますのでお楽しみに!!

日時 11月6日(日)午前8時30分受付

会場 旧帝釈小学校グラウンド

参加料 無料