

帝釈自治振興区 しんこうセンターたより



第 273 号
(令和 3 年 10 月 20 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20日(水)	行政文書	
10月24日(日)	健康寿命向上セミナー「運動機能向上+フレイル予防」	14:00 センター
10月27日(水)	地域で元気を育てる会(サロン交流会)	13:30 センター
10月29日(金)	パソコン教室	13:30
10月31日(日)	衆議院議員総選挙・最高裁判所裁判官国民審査投票日	
11月5日(金)	行政文書	
11月10日(水)	帝釈包括ケアネット連絡会	13:30
11月12日(金)	ふれあい弁当	9:00
11月13日(土)	帝釈峡遺跡発見60周年記念講座	13:30 センター
11月14日(日)	広島県知事選挙投票日	
11月16日(火)	市民と語る会(議会報告会)	19:00 センター
11月19日(金)	行政文書	
11月19日(金)	第8回帝釈地域ゴルフ大会	神石高原カントリークラブ
11月24日(水)	健康寿命向上セミナー「栄養改善」	13:30 山中集会所
11月30日(火)	センター大掃除	

その他の教室

グラウンドゴルフ教室 (11/6 11/11 11/20 11/25)

☆作品展示会のお知らせ☆ 皆様、お誘い合わせご来場ください!

10月21日(木)～10月27日(水) 8時30分～17時15分
場所：帝釈自治振興センター (最終日は15時30分まで)



帝釈峡遺跡群発見60周年記念講座のお知らせ

記念講演座①：「文化財としての帝釈峡遺跡群」
日時：11月13日(土) 13:30～15:00 帝釈自治振興センター
講師：広島県教育委員会文化財課 埋蔵文化財係長 沖憲明さん
申込：11月5日(金)までに電話予約ください。
問い合わせ先：時悠館(08477-6-0161)



健康寿命向上セミナーのご案内 ～わしでもできる うちでもできる～

「栄養改善」教室

たんぱく質を摂りましょう。きなこを使ったレシピも紹介します。
興味のある方はどなたでも参加できます。誘い合わせてご参加ください。

日時：11月24日(水) 13:30～15:30
場所：山中下集会所 申込：11月17日(水)までにセンターへ



高齢者部グラウンドゴルフ大会を開催 10月11日(月)

神石コスモドームで高齢者部のグラウンドゴルフ大会を開催しました。

コロナウイルス感染症予防のためマスクを着用しての大会で言葉すくなくなりましたが、総勢34人が真剣にボールに向かい熱い戦いが演じられました。

優勝は男性の部が国原征昭さん、女性の部が国原幾子さんとご夫婦のダブル受賞となりました。日頃精進されているのでしょうか。

おめでとうございます!!



初めての方、プロ級の方も楽しく参加いただけます。来年はもっとたくさんの方が参加され大いに盛り上げていきたいと思っておりますのでご参加お待ちしております。

帝釈峡遺跡群発見 60周年記念講演会 10月9日(土)

帝釈峡遺跡群の発見から60周年を記念したオンライン講演会が開催されました。

講師は、広島大学総合博物館名誉教授 藤野次史さんで「中国山地の先史狩猟採集民 一縄文時代」をテーマに話されました。センターでもオンラインで視聴し10名の参加があり熱心に聴講されました。次回は11月13日(土)です。

進行担当者と支所長(右)挨拶中

視聴中の皆さん

先生のご自宅から



帝釈峡遺跡群発掘 60周年記念モニュメント設置の地鎮祭 10月17日(日)

帝釈峡遺跡群発掘60周年記念事業の一環で、今年度は郷土館前、来年度は寄倉岩陰遺跡、そして馬渡遺跡にモニュメントを設置する予定です。

この度、設置予定地に関係者が集まり地鎮祭を催しました。

帝釈峡遺跡群は帝釈地域にとって大切な地域財産であり文化財です。そのことを今一度再認識し後世に継承していくために、庄原市、神石高原町、自治振興区、観光団体などが力を合わせ実行委員会を立ち上げ各種事業を実施します。記念シンポジウム、帝釈峡遺跡めぐり、縄文文化体験、記念モニュメント設置、縄文文化・帝釈峡の発信、ツアープロモーション企画と様々な分野から企画し実現に向け協議しています。事業が決まり次第お知らせいたしますので、皆様のご支援ご協力をお願いいたします。

寄倉岩陰遺跡

馬渡遺跡

郷土館前



健康寿命向上セミナー

～わしでもできる うちでもできる～

介護予防は元気なうちから、楽しく取り組むことが大切です。

今年度も、「健康寿命向上セミナー」を開催し、3つのテーマ(運動機能向上・栄養改善・認知症介護予防)で「元気に過ごすためのコツ」をお伝えしています。今回は「栄養改善」教室です。

栄養改善教室では、タンパク質の働きを知り、貯筋を減らさない方法をお伝えします。

健康寿命向上のため、この機会に「わしでもできること・うちでもできること」を一緒に学んでみませんか？皆さんの参加をお待ちしています。

「栄養改善」教室

●日時：令和3年11月24日(水)

13:30～15:30

●講師：管理栄養士 原明美さん

●場所：山中下集会所

●持参：飲み物(水分補給のため)



※当日は、会場でのマスク着用、検温、手指消毒にご協力ください。また、体調不良の場合は参加をご遠慮いただきますようお願い致します。

●参加していただける方 庄原市に在住の65歳以上の方や興味のある方
どなたでも参加いただけます。

●お申し込み 帝釈自治振興センター

電話 6-0055

●申込み締切り 11月17日(水)まで

※シルバーリハビリ体操も行いますので、動きやすい服装でお越しください。



【お問い合わせ先】

庄原市社会福祉協議会 東城地域センター

電話 2-0488 (担当:賀島)

11月の移動販売車 運行予定

予定時間が前後になることがありますかご了承ください。



日にち	時間	場所
11月 2日 (火)	13:00	帝釈自治振興センター
11月 8日 (月)	13:00	山中下集会所
11月 9日 (火)	13:00	帝釈自治振興センター
11月11日 (木)	12:30	始終集会所
11月11日 (木)	13:00	未渡集会所
11月16日 (火)	12:30	宇山西集会所
11月16日 (火)	13:00	帝釈自治振興センター
11月16日 (火)	13:30	竹渡集会所
11月17日 (水)	13:30	福田集会所
11月21日 (日)	12:30	始終上集会所
11月21日 (日)	13:30	久保田宅前
11月21日 (日)	14:00	宇山集会所
11月25日 (木)	13:00	未渡集会所
11月25日 (木)	13:30	竹渡集会所
11月30日 (火)	13:00	帝釈自治振興センター



東城地域移動販売車運行事業

東城地域において移動販売車を運行し、高齢者等に買い物の機会及びデイホームやサロン等の近隣者との交流の場を提供することにより、「住み慣れた地域で安心して暮らし続ける」ことができる環境の充実を図ることなどを目的にはじめられた事業です。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、**マスク・手洗い等予防に取り組み**、是非、ご利用ください。

もし2、3人以上の集まりがあり、新たに移動販売車の運行を希望のグループがありましたら帝釈自治振興センターにご相談ください。

なお、地域・集会所等で、サロン等の開催を取りやめたとか、他の事情で移動販売車が出向いても誰も利用できない場合は、早目に帝釈自治振興センターへ連絡してください。

廃止代替バス(始終線) 予約制バスの利用方法 令和3年11月1日~令和4年1月31日の間

事前登録

予約バス利用には事前の利用登録が必要です。
各家庭に配布されている利用説明書の「利用申込書」を提出ください。
11月1日より利用希望の人は、10月20日までにセンターへ
またすぐに利用されない方でも、早めに提出ください。
是非、この機会に乗車体験してみてください。

【1】予約する



予約電話 **0824-74-6213**

平日 9:00~12:00 13:00~16:00

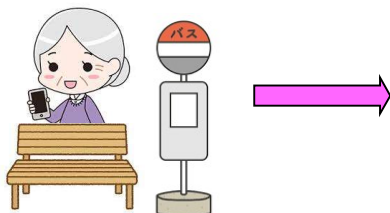
乗車 2 時間前まで

往復の乗車場所と時間をお知らせください。



【3】予約変更と取り消しの時
も必ず連絡を!

【2】指定の乗降スポットで乗車



よくあるご質問にお答えします

Q&A

乗員が満席の時は予約できません。

第一便と最終八便は予約なしで乗車できます(乗り放題は適用外)。

乗車賃の支払いは、現金、PASPYのどちらかです(乗り放題はPASPYです)。

学生の人で第一便、第八便以外の利用は事前登録と予約が必要です。

予約バスと東城市街のお通りバスは別料金です。

利用予約は2時間前、最大5日前までの平日に予約できます。

ほろかポイントは乗車1回につき10ポイント付きます。

事前登録のない人も予約者の同行者として乗車できます。ただし乗降は同じであること。

電話予約は平日のみです。インターネットはいつでもOKです。

利用当日に登録と予約が可能です。観光客も利用できます。(ただし2時間前までに)

帝釈地区内で乗車し降車できます。料金は指定された料金となります。

乗り放題は1か月毎にほろか(なみか)カードで前払い(現金チャージしておくこと)。

もし急な予約が必要な場合は予約受付にご相談ください。