

帝釈自治振興区 しんこうセンターたより



第 315 号
(令和 5 年 7 月 19 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-hared.com/

これからの主な行事予定・施設利用等

7月19日(水)	行政文書		
7月20日(木)	みんなつながる地域交流会	18時30分	庄原自治振興区多目的ホール
7月20日(木)	もみじグループ	19時	
7月24日(月)	東城木の駅発足10周年記念事業	10時	東城支所
7月27日(木)	パソコン教室(Excel)	13時30分	
8月2日(水)	もみじの丘帝釈運営推進協議会	14時	
8月3日(木)	パソコン教室(Word)	13時30分	
8月4日(金)	行政文書		
8月4日(金)	帝釈峡ライトアップイベント	17時	永明寺周辺
8月5日(土)	さとやま元気交流会	10時	
8月9日(水)	健康寿命向上セミナー(運動機能向上)	10時	宇山集会所
8月18日(金)	行政文書		
8月20日(日)	夏の環境整備作業	8時	旧帝釈小学校
8月27日(日)	帝釈地域グラウンドゴルフ大会	8時受付	旧帝釈小学校

その他の教室 箏曲教室 (7/28)
スタンドグラス (7/23)
グラウンドゴルフ (8/4 8/9 8/18 8/23)

帝釈峡ライトアップイベント 8月4日(金)～8月20日(日)

名勝・国定公園帝釈峡記念事業の一環で、夜の帝釈の永明寺周辺を光で照らし皆さんに楽しんでもらうライトアップイベントが開催されます。

初日と最終日にはステージイベントがありますので是非来場ください。

★オープニングと点灯式

日 時：8月4日(金) 18時～21時
場 所：永明寺周辺(帝釈第一駐車場)
内 容：けん玉、坂口赤道からくり書道、永江太鼓他
ビンゴ大会、点灯式

★ライトアップ

日 時：8月4日(金)～8月20日(日)
19時～22時
場 所：永明寺周辺
内 容：永明寺・石雲山等のライトアップ

★クローリングと消灯式

日 時：8月20日(日) 17時～21時
場 所：永明寺周辺(帝釈第一駐車場)
内 容：東城中学校吹奏楽、よさこい、佐々木リョウ
ビンゴ大会、消灯式



17時～
夜店が出ます!



お菓子のつかみ取り(帝釈自治振興区)

なますつかみ取り

金魚すくい

やまめの塩焼き、焼きそば

ピザ、クレープ

かき氷、生ビール



第2回役員会

7月11日(火)役員会を開催しました。
今後予定している事業、およびセミナーへの参加お願い、市民タクシーや予約制バス(MaaS)の運行、そして高齢者応援隊などについて話し合いました。



●予定事業

- 7月24日(月) 東城木の駅発足10周年記念事業
- 8月4日(金) 帝釈峡ライトアップイベント ~8月20日(日)
- 8月9日(水) 運動機能向上教室 宇山集会所 10時~
- 8月20日(日) 夏の環境整備作業 8時~
- 9月24日(日) 栄養改善教室 センター 14時~
- 10月29日(日) 第16回帝釈もみじまつり
- 11月10日(金) 地域で元気を育てる会(サロン交流会) 14時~
- 11月19日(日) 健康感謝まつり
- 11月26日(日) 帝釈峡マラニック

●市民タクシー運賃値上げ

広島県のタクシー運賃改定に伴い市民タクシーの利用者運賃が値上げされます。利用地区により運賃が変わりますのでセンターにご確認ください。

●高齢者応援隊事業

草刈りの料金を改訂しましたので、別紙「高齢者応援隊事業」をご確認ください。

●敬老記念品の配布

敬老者への記念品は、敬老の日前後にお配りします。

健康寿命健康セミナー~認知症予防教室~

7月14日(金)に福田集会所で認知症予防教室が開かれました。

まずシルバーリハビリ体操で体をほぐしました。皆さん慣れた様子で楽しそうに体を動かしていましたが、しっかりやると汗が出て体が熱くなりました。

認知症については、動画を観て正しい知識を学びました。

そして歯科衛生士の年盛さんが「最後までおいしく食べよう!」とのテーマでお話してくださいました。

口内もフレイル(虚弱)になるので定期的に歯科医に行き、歯磨きなどの予防が大切です。

おいしく食事をいただくためには、きちんと噛める歯があることが大事で、歯の無い人はちゃんと噛み合わせのよい入れ歯にすること。また、食べる姿勢も背筋をなるべく伸ばして食事することで誤嚥を防ぐことができるなどお話しくださいました。



シルバーリハビリ体操



歯科衛生士 年盛さん

8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
8月 1日 (火)	13:00	帝釈自治振興センター
8月 8日 (火)	12:30	宇山西集会所
8月 8日 (火)	13:00	帝釈自治振興センター
8月16日 (水)	13:15	福田集会所
8月20日 (日)	10:30	風鴨西村宅前
8月20日 (日)	11:30	土生集会所
8月20日 (日)	12:30	本田宅前
8月20日 (日)	13:30	久保田宅前
8月20日 (日)	14:00	宇山集会所
8月22日 (火)	13:00	帝釈自治振興センター
8月24日 (木)	13:00	未渡集会所
8月24日 (木)	13:30	竹渡集会所
8月29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。

高齢者応援隊事業

「住み慣れた地域で、自分らしい暮らしをできるだけ続けたい」という想いを支えます。

作業	内容	備考	料金
草刈り	刈払い機の作業	家の周り、墓地	1,500円 (時間)
草の撤去	撤去先はその都度相談	家の周り、墓地	1,000円 (時間)
家庭菜園の軽作業	耕作、草取り等		1,000円 (時間)
除草剤散布	除草剤は依頼主が準備	家の周り、墓地	1,000円 (時間)
精米	コイン精米機を利用	利用料は依頼主負担	1,000円 (1回)
刃物砥ぎ	包丁		300円 (丁)
家具の移動	家屋内の配置換え	作業前に相談する。	1,000円 (時間)
パソコン関係サポート	環境設定、動作診断		1,000円 (時間)

料金は、精米はが1回、刃物砥ぎが1丁当たり、それ以外は1時間当たりの値段です。

※草刈りの料金を改訂いたしました。(燃料・草刈り機利用料込)

- 対象者は、原則、1人暮らし及び2人暮らしの高齢者世帯です。
- 作業場所が、急傾斜地など条件によっては対応できない場合がありますので、事前にセンターにご相談ください。

申し込み先

帝釈自治振興センター

電話：6 - 0055