

各自治会組長様
各自治会連絡員様

比和支所長
(総務室)

行政文書の配布について（依頼）

このことについて、下記のとおり各戸配布及び回覧していただきますようお願い申し上げます。**※ 回覧文書はひとまとめに綴じてあります。**

【配布物】

| NO | 題名等 | 配布方法 |
|----|--------------------------------|------|
| 1 | 熱中症予防に関するマスク着用の考え方について | 回覧 |
| 2 | 令和4年度庄原市職員採用試験〈前期〉のお知らせ | 回覧 |
| 3 | 庄原西城市民病院職員募集のお知らせ | 回覧 |
| 4 | 令和4年度庄原市二十歳を祝う会について | 回覧 |
| 5 | 環境しょうばら | 回覧 |
| 6 | つながる、つなげる事業所応援市町キャンペーン | 回覧 |
| 7 | 令和4年度・後期 手話入門講座 | 回覧 |
| 8 | 令和4年度 要約筆記入門講座 | 回覧 |
| 9 | 田園文化センターだより | 回覧 |
| 10 | 生きる力 支える力 ～再犯をなくせば地域はもっと豊かになる～ | 回覧 |
| 11 | 令和4年度広島県夏の交通安全運動 | 回覧 |
| 12 | 吾妻山 比和中学校だより | 回覧 |

| | | |
|----|---------------------------|----|
| 13 | かがやく比和っ子 | 回覧 |
| 14 | 比和小学校だより 7月の行事予定 | 回覧 |
| 15 | 防犯広島 令和4年夏号 | 回覧 |
| 16 | 広報しょうばら7月号 | 各戸 |
| 17 | 広報ひわだより | 各戸 |
| 18 | 地域マネージャーだより | 各戸 |
| 19 | ブナの森通信 | 各戸 |
| 20 | 高齢者筋力トレーニング事業参加者募集について | 各戸 |
| 21 | 高齢者筋力トレーニング事業ボランティア募集について | 各戸 |

その他：枚数不足等お気づきの場合は、比和支所総務室までご連絡ください。

〒727-0301
庄原市比和町比和 1119-1
比和支所総務室
TEL：(0824) 85-2111
FAX：(0824) 85-3006

吾妻山

青田をわたる風もさわやかな季節となりました。比和中学校では感染症拡大防止対策を実行しながら、さまざまな行事や体験学習を行っています。比和中学校HPにも学校の様子を掲載していますので、ぜひご覧ください。

授業参観・学級懇談会

6月2日(木)、感染対策を行いながら、今年度2回目の授業参観・学級懇談会を実施しました。

多くの保護者の皆様にご参加いただき、ありがとうございました。



1年生総合的な学習の時間「森林学習」

1学年では、5月23日(月)総合的な学習の時間で森林アドバイザーをされている坂部広和さんをお招きして森林と環境のかかわりや私たちの生活と森林等について学習をし、6月10日(金)には、坂部さんにガイドをしていただきながら実際に比和財産区へ行って学習を深めました。次回6月20日(月)には「森林の学舎・比和」を訪れ、森林資源クロモジから油を採取する学習を行います。



2年生農業体験学習

5月24日(火)～26日(木)の3日間、2学年は比和地域の方にご協力をいただき、農業体験を行いました。生徒は比和の自然と農業の深い関わりを感じ、「働くこと」について考える、大変貴重な学習を行うことができました。



プール清掃

6月10日(金)の5、6時間目、全校生徒で、中学校グラウンド横のプール清掃を行いました。例年、小学生と一緒に活動を行っていますが、感染拡大防止対策として別の時間帯で実施しました。初夏の熱い最中でしたが、全員が協力して「小学生が安心してプールで泳げるように」という思いを持って作業しました。一生懸命に作業したので、予定していた時間よりもずいぶん早くきれいになりました。



比和中学校 7月行事予定

| 月 日 | 曜 | 学校行事 | 下校バス |
|-------|---|---|------|
| 7月1日 | 金 | ◇生徒朝会 ◇愛声運動(周藤さん, 寺上さん, 松田教諭) | 5時便 |
| 7月2日 | 土 | ◇通信陸上競技広島県大会 【広島総合グラウンド陸上競技場】 | |
| 7月3日 | 日 | ◇通信陸上競技広島県大会 【広島総合グラウンド陸上競技場】 | |
| 7月4日 | 月 | ◇社会見学(7:20集合) | 5時便 |
| 7月5日 | 火 | | 5時便 |
| 7月6日 | 水 | | 5時便 |
| 7月7日 | 木 | ◇生徒会委員会 ◇スクールカウンセラー来校日 ◇「たなばたまつり」に参加予定 | 4時便 |
| 7月8日 | 金 | ◇生徒朝会 | 5時便 |
| 7月9日 | 土 | | |
| 7月10日 | 日 | | |
| 7月11日 | 月 | ◇3年いのちの授業(5・6校時) | 5時便 |
| 7月12日 | 火 | | 5時便 |
| 7月13日 | 水 | ◇3年いのちの授業(5・6校時) | 5時便 |
| 7月14日 | 木 | ◇体罰・ハラスメント相談日 ◇スクールカウンセラー来校日 | 4時便 |
| 7月15日 | 金 | ◇学校朝会 ◇教科面談 ◇愛声運動(永田さん, 永田さん, 小田教諭) | 5時便 |
| 7月16日 | 土 | ◇県選手権(陸上)【エディオンスタジアム】 | |
| 7月17日 | 日 | ◇県選手権(陸上)【エディオンスタジアム】 | |
| 7月18日 | 月 | 「海の日」 | |
| 7月19日 | 火 | ◇学校評価アンケート配付(保護者へ) | 5時便 |
| 7月20日 | 水 | | 5時便 |
| 7月21日 | 木 | ◇チャレンジタイム③ | 4時便 |
| 7月22日 | 金 | ◇表彰朝会(自主学習, 読書等) ◇期末懇談会(終日) | 5時便 |
| 7月23日 | 土 | | |
| 7月24日 | 日 | | |
| 7月25日 | 月 | ◇終業式・大掃除 | 午前中 |
| 7月26日 | 火 | ◇夏季休業開始 | |
| 7月27日 | 水 | | |
| 7月28日 | 木 | | |
| 7月29日 | 金 | | |
| 7月30日 | 土 | | |
| 7月31日 | 日 | | |

【7月1日(金), 15日(金)】

愛の声かけ合い運動があります。担当者には事前にたすき等を、生徒を通じてお渡しします。ご協力、よろしくお願いいたします。

【7月2日(土), 3日(日)】

通信陸上競技大会が行われます。本校からは参加資格を得た加藤さんと三上さんが出場します。

【7月4日(月)】

社会見学として、国立三瓶青少年交流の家へ行き、集団行動を行います。朝の集合時刻が早く、バス通学の家庭では、生徒の登校についてご理解、ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

【7月7日(木)】

たなばたまつりに参加して、全校合唱を披露する予定です。

【7月7日(木), 14日(木)】

スクールカウンセラー来校日です。相談希望がございましたら中学校の柏養護教諭までご連絡ください(85-2110)。

【7月11日(月), 13日(水)】

3年生を対象に、「いのちの授業」を行います。外部から講師をお招きします。

【7月15日(金)】

各教科担当者が生徒全員と面談をします。1学期の学習の振り返りをします。

【7月16日(土), 17日(日)】

県選手権大会があります。比和中学校では今のところ、備北地区予選を通過した、陸上部の加藤さん、杠くん、三上さん、山本さんが出場予定です。

【7月22日(金)】

期末懇談会を行います。今後、別紙にて案内文を配付します。

【7月25日(月)】

1学期の終業式の日です。午前中で終わる予定にしています。

かがやく比和っ子

比和小学校だより 令和4年6月号 6月28日(火)



5年生家庭科作品

学校教育目標 「夢をもち、ともにチャレンジする子供の育成」 ～ことばと体験を大切に～

1学期も、あと1ヵ月となりました。子供達は、おかげさまでみんな元気に過ごしています。もうすぐプールも始まるので、子供達は楽しみにしています。夏休みまでの1ヵ月、暑さに負けず元気に過ごしてほしいと思います。

温かく優しい心で楽しい学校生活を 「あったか集会」

学校生活をより明るく楽しくするため、「あったか集会」を開きました。今年は、あらかじめペアを決めて、その友達の温かい言動を見つけ、伝えていこうという取組です。普段あまり関わりのない児童同士のペアもありました。友達関係を広げ、温かい言動に気付く目をもつことにもつながりました。集会では、ペア同士でメッセージを交換した後、学級の代表が発表をしました。



「えんぴつがなくなったとき、いっしょにさがしてくれた。」「荷物をランドセルに入れてくれた。」「シャトルランの時、どれくらいのペースで走ればいいのか分からない1・2年生のために、6年生と一緒に走ってくれた。」等々、温かく優しい行動も紹介されました。

たくさんできるといいな サツマイモ 1・2年

今年もJAから、サツマイモの苗をいただきました。JAから来ていただいた講師の方から、苗の植え方を習い、丁寧に畑に植えました。大きなサツマイモを育てる方法、沢山のサツマイモを育てる方法等、丁寧に指導してくださいました。お芋ができたら、どうやって食べようかと思いをめぐらしながら作業をしました。



きれいになったプールで早く泳ぎたい プール掃除

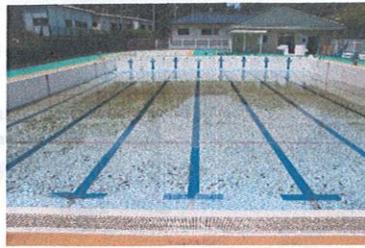
6月10日(金) プール掃除を行いました。コロナ禍なので、今年も小学校と中学校は時間帯をずらしての実施となりました。小学校は、例年3年生以上での実施でしたが、



今年は1・2年生が更衣室等の管理棟の掃除をし、3・4年生はプールの周りの溝、5・6年生は

プールの側溝の掃除をしました。暑い中でしたが、楽しく水泳ができるよう、みんなで協力して頑張りました。

プールの水温が上がれば、子供達が楽しみにしている水泳指導が始まります。水着や水泳帽等、準備をお願いします。



プールの中は、中学生がきれいにしてくれました。

左：掃除前

右：掃除後

比和の大切な花 ヒゴタイについて学ぼう！ 5・6年

講師は小田さんと福島大学の兼子伸吾先生(オンライン)

6月17日(金)5・6年生がヒゴタイ学習を行いました。今年は、小田さんだけでなく、ヒゴタイの研究で有名な福島大学の兼子先生からも、ヒゴタイの生態や数が少なくなった理由等を教えていただきました。兼子先生は、福島



県におられるのでオンラインでの学習となりました。オンライン学習が初体験の子供達、緊張しながらも色々な質問をしていました。

また、ヒゴタイをよく見てスケッチすることを通して、鋸歯が針のようなことや葉の裏に毛が密集して生えていること、茎と根の間に種の殻がついていること等、沢山の発見をしました。

花崗岩由来の植物であるヒゴタイと今年5・6年生が科学研究の対象とする「石」、双方のつながりを考えながら子供達は研究を進めてくれると思います。

今年も比和川の水生昆虫から水質の研究を 3・4年

3・4年生は、6月13日(月)、第1回目の比和川(学校橋下)の水生昆虫調査を行いました。そして、第2回は6月20日(月)に、森脇方面(元ドルフィンバレイ付近)で調査を行いました。



川下にざるを受けて川の中の石

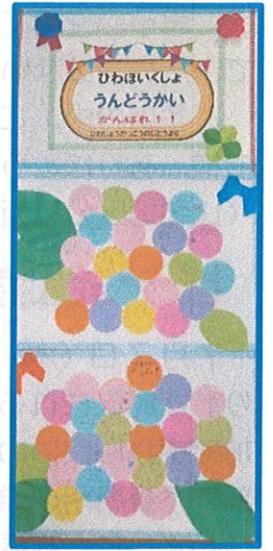
をひっくり返し、一生懸命小さな水生昆虫を探しました。4年生は、昨年の経験があるので、「ヒラタドロムシだ。」「こっこの川には、サワガニがいる。」「ヤゴを見つけた。」「ドロバイを捕まえた。」等々、口々に言いながら、探しました。3年生も、4年生に教わりながら水生昆虫を捕まえようと楽しそうに頑張っていました。体験を通して、川の中のどこが深いのか、どうやったら滑らずに歩けるのかも分かり、スムーズに調査を進めた3・4年生です。



比和保育所運動会 がんばれエール



比和保育所の運動会のリハーサルの日にお邪魔して写真とビデオ（リレーや「カープ体操」）を撮らせてもらいました。保育所園児さんたちの頑張りを写真やビデオで見た小学校の子供達は、とても喜び、「〇ちゃんだ。」「かわいい。」等々、口々に言っていました。コロナ禍で一緒にできない運動会、小学校の子供達の思いを保育所に伝えようとカードにエールを書いて届けることにしました。



保育所から届いたお礼のメッセージ 小学校が送ったメッセージ

庄原市小学校陸上競技記録会 大きな舞台で頑張った

6月18日（土）、上野総合公園陸上競技場で庄原市小学校陸上競技記録会が開催されました。本校からは、6年生の坂琥太君（100m）と白根晟治君（800m）の2人が出場しました。2人とも、大健闘で3位に入賞しました。また、高野小学校の児童と同じバスで行き、テントでも一緒だったので、交流もできました。



2人そろって3位入賞

| | | | |
|----------|-----|------|---------|
| 6年男子100m | 第3位 | 坂 琥太 | 14秒40 |
| 6年男子800m | 第3位 | 白根晟治 | 2分40秒75 |



6年男子 800m



6年男子 100m



比和中学校の見越先生から指導を受ける2人

坂君は10月2日（日）に開催される県大会へ、白根君は7月に行われる日清杯の県大会へ出場予定です。2人とも、100m出場です。白根君は、アスリート教室の方で大会出場が決まりました。

比和の町をきれいにしよう！ クリーン活動

6月20日（月）、小学校と中学校合同（コロナ禍のため、昨年同様、小学校と中学校で場所は別々でしたが、同じ時間帯）のクリーン活動を実施しました。中学校の開会式には、小学校の児童会長である白根君があいさつに行き、小学校の開会式へは、中学校の生徒会長の山本さんが来てあいさつをしてくれました。小学校は、親水公園（1・2年）、町中（3・4年）、森脇方面（5・6

年)に分かれて落ちているごみを拾いました。クリーン活動を通して、ふるさとを大切に思う心を育て、環境美化という貢献ができたのではないかと思います。

ご多用の中、ご参加くださった保護者の皆様、ありがとうございました。

(比和地区公衆衛生推進会より、飲み物をいただきました。)



ビデオで参加 「たなばたまつり」

7月7日(木)は、七夕です。比和でも今年は、久しぶりに「たなばたまつり」が開催されるということです。小学校も、「たなばたまつり」に対面で参加できれば良いのですが、「たなばたまつり」の開催が決まる前に、広島県北部教育事務所の学校訪問が決まっていたため、ビデオ(全校)で参加することにしました。緊張しながらも、地域のみなさんへ、心を込めて演奏したり、歌ったりした子供達です。(自治振興センターの荒木さんにビデオを撮っていただきました。)来年は、地域のみなさんの前で発表を披露できればと思います。



5・6年・・・鼓笛「比和小学校校歌」

3・4年・・・合唱「小さな世界」「トゥデイ」

1・2年・・・合唱「山びこごっこ」「かくれんぼ」「こ犬のビンゴ」「たなばたさま」

比和っ子のかがやき

◎中国新聞 掲載作品 4月～6月「こども俳句」「みんなの広場」「学び」

- ★ サクラちり みどりの葉っぱ 見えてきた 4年 井上楓花
- ★ なの花を ゆでたらきれいなみどり色 少しにがいな 春の味だな 4年 光元杏香里
- ★ おとうとが ぐっすりねてる かわいいぞ しゃしんとりたい ぐらいかわいい 2年 樋口侑里
- ★ 山々の 緑がはえる さあ五月 4年 橘咲菜
- ★ つゆなのに 晴天つづいて へんだなあ 3年 崎間陽音
- ★ 電柱で つなわたりする ツバメたち 4年 福光彩弥夏

★相談日 毎月第3火曜日(緊急の場合はこの日に限らずご連絡ください。)

★相談窓口 庄原市立比和小学校(電話 0824-85-2124)

(教頭)見田靖彦, (生徒指導主事)坂本菜穂子, (養護教諭)中井萌香,

(特別支援コーディネーター)中山高志



7月の行事予定

| 日 | 曜日 | 校内行事 |
|----|----|-----------------------------------|
| 1 | 金 | ・愛の声かけ運動 |
| 2 | 土 | |
| 3 | 日 | |
| 4 | 月 | |
| 5 | 火 | ・第3回PTA役員会 下校時刻変更 |
| 6 | 水 | ・委員会 |
| 7 | 木 | ・たなばたまつり(動画で参加) |
| 8 | 金 | 下校時刻変更 |
| 9 | 土 | |
| 10 | 日 | |
| 11 | 月 | ・クラブ |
| 12 | 火 | ・租税教室(6年) 下校時刻変更 |
| 13 | 水 | |
| 14 | 木 | |
| 15 | 金 | ・愛の声かけ運動・スクールカウンセラー来校日 下校時刻変更 |
| 16 | 土 | |
| 17 | 日 | |
| 18 | 月 | |
| 19 | 火 | |
| 20 | 水 | ・レベルアップスポーツ教室(水泳 5・6年)・集金日 下校時刻変更 |
| 21 | 木 | |
| 22 | 金 | ・学期末個人懇談 下校時刻変更 |
| 23 | 土 | |
| 24 | 日 | |
| 25 | 月 | ・クラブ |
| 26 | 火 | ・校内水泳記録会 下校時刻変更 |
| 27 | 水 | ・高野小との交流(5・6年) |
| 28 | 木 | ・終業式 下校時刻変更 |
| 29 | 金 | ・庄原市少年少女水泳記録会(6年生希望者) |
| 30 | 土 | |
| 31 | 日 | |

※ 新型コロナウイルス感染症の感染状況等により、予定を変更することがあります。ご了承ください。

広島県人は、放つとけん人。「地域の子どもは、放つ

ん！」「暗い夜道は、放つとけん！」

令和4年度第2回警察官採用試験について！

広 報

ひわだより

受験対象

- ・令和5年4月採用予定者を対象とした試験です。
- ・受験対象年齢は採用時32歳までです。

資格加点

- ・従来の柔剣道、英語、中国語、韓国語、情報処理、財務に加え、心理（詳しくは受験案内をご覧ください）スポーツ（詳しくは受験案内をご覧ください）の実績、資格も加点対象となります。

受付期間

令和4年7月1日～8月30日午後5時

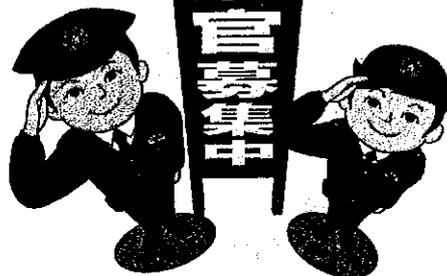
試験日程

- ・1次試験（教養試験など）9/18
- ・2次試験（体力試験など）10/8, 10/9
- ・3次試験（面接試験など）11/9～11/15

詳細については、

庄原警察署 (Tel:0824-72-0110)
 庄原警察署東城交番 (Tel:08477-2-0015)

お近くの交番・駐在へお問い合わせください。



発行
 庄原警察署
 比和駐在所
 林 清四郎
 85-2220

熱中症に注意

田植えも終わり、これからは草刈りなど外での活動も増える思います。今後も暑くなることが予想されますので、熱中症にかからないために、

- 温度に気を配りましょう
エアコンを使うなど、暑さを避けましょう。
- 飲み物を持ち歩きましょう
こまめな水分補給が大切です。
- 休息をとりましょう
夏場に頑張りすぎは禁物です。
- 栄養をとりましょう
など気をつけて予防に努めてください。

広島県夏の交通安全運動の実施

【実施期間】

7月11日～7月20日までの10日間

【スローガン】

ゆるさない ハンドル・スマホの 二刀流

【実施重点】

- 歩行者の安全な通行の確保！
- 高齢運転者の交通事故防止！
- 自転車の安全利用の推進！
- 飲酒運転等の根絶！

先月管内で交通死亡事故が発生しています。交通ルールを守って交通事故を防止しましょう。



管内の事件・事故発生状況

少年の非行・犯罪被害防止

夏休みの時期は、解放感から非行や不良行為に走ったり、犯罪被害に遭う子供が少なくありません。子供のこんな兆候に気をつけましょう！！

- ・ 帰宅時間が遅くなり、夜遊びや外泊が多くなる、または、夜中にインターネットをしているなど生活リズムが崩れた。
- ・ 服装や髪型が派手になったり、親の知らないブランド品などの高価な品物や小遣い以上の大金を持っている。
- ・ 家族との会話を避けたり、嘘をつくようになった。

【少年に関する相談先】

ヤングテレホン広島（警察本部少年対策課）
 082-228-3993

| 区分 | | 5月末現在 | 前年同期比 |
|--------|--------|-----------|---------------|
| 事 件 | 刑 窃盗犯 | 13件 | +8件 |
| | 法 その他 | 14件 | -9件 |
| | 犯 合計 | 27件 | -1件 |
| | 特殊詐欺 | 0件 0万円 | -2件 -400万円 |
| 事 故 | 人 件数 | 5件 | -2件 |
| | 身 死者 | 0人 | -2人 |
| | 事 負傷者 | 5人 | -1人 |
| | 故 物損事故 | 308件 | -11件 |

犯罪情報官 速報

キャッシュカードや通帳を だまし取る詐欺に注意!

こんな手口は **要注意!**

100%
自宅電話
が狙われる

役所になりすまして

保険料の払い戻し
がある

百貨店になりすまして

クレジットカードが
不正利用されている

警察官になりすまして

犯人を捕まえたら、
名簿が出てきた

金融機関・銀行協会になりすまして

キャッシュカード・通帳
が古いから交換する

情報が漏れている
キャッシュカード・通帳
を新しく作る

手続きに必要なので、暗証番号を教えてください

今からキャッシュカード・通帳を取りに行く

防犯対策



自宅電話の対策をしましょう

- ①非通知・表示圏外着信拒否
- ②いつも留守番電話
- ③防犯機能付き電話の設置



ATMの引き出し限度額を下げましょう

比和自治振興区

地域マネージャーだより

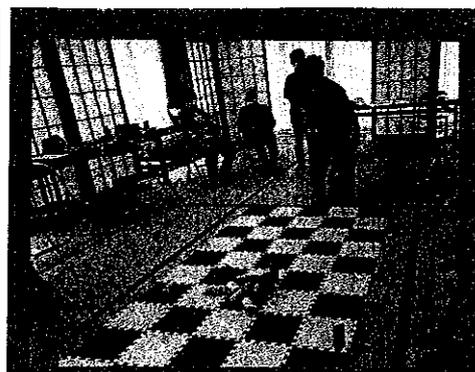
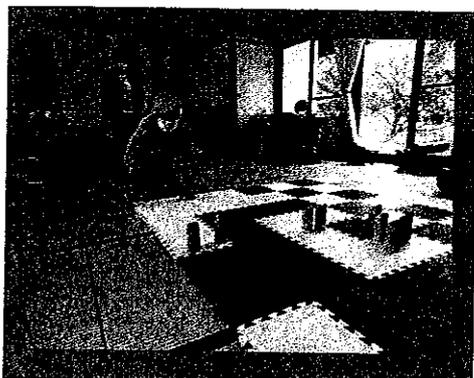
お問い合わせ (0824)85-2600



6月は、元気塾で7か所の会場をモルック体験で回らせてもらいました。元気塾の準備をしている時、楽しんでもらえるかな・・・と不安でしたが「楽しかったよ」「また、したいな」と言っていただけで嬉しかったです。

そして本気の戦いを見せてもらい、たくさん一緒に笑わせてもらいました。また、機会があれば一緒にモルックをしましょう。

貸し出しも出来ますので、自治振興センター-85-2600までご連絡ください。スタート準備・採点など必要ならお手伝いに垣内が駆けつけます♪



22日ほのほのカフェでも参加者がお一人でしたがモルック体験を試してみたい!!との事で文お決してみました♪

初めてされたのに・・・めっちゃめっちゃ上手い!!!

「うひゃひゃひゃ!」「勝ったわ~!」と喜びの舞を踊られていました♪

元気塾やサロンへお邪魔させてもらい行事が少しずつ再開し6月は、バタバタとあっという間に過ぎてしまいました。地域の方と一緒に何かさせてもらえるのは久しぶりで嬉しかったです。

あしたのカフェにもお邪魔したのでまた次号で載せます♪

地域マネージャー 垣内

—比和自治振興区— ブナの森通信

〒727-0301

庄原市比和町比和 1119-1

TEL.0824-85-2600

E-mail hiwa.jichi@gmail.com

ホームページ フェイスブック

インスタグラム

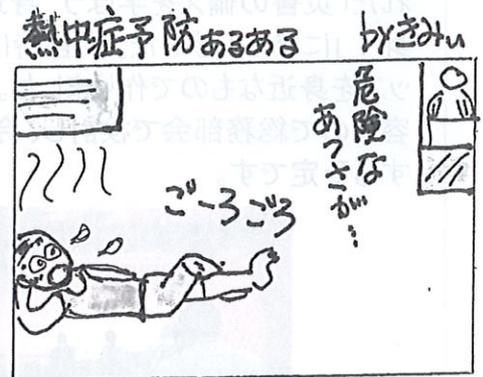


HIWAMOCURA

第247号 令和4年7月5日発行

比和中学校1年生 森林体験学習

6月20日(月)、古頃の森林の学舎・比和で比和中学校1年生3名がクロモジウォーターとクロモジ石鹸づくりを体験しました。地域マネージャー荒木さんにやり方を教わり比和の山から取ってきたクロモジの枝と葉をハービック(芳香蒸留器)に入れクロモジウォーターを抽出します。そのあとクロモジウォーターを使って石鹸を作ります。クロモジウォーターは柑橘系の爽やかな香りがします。スプレーに入れたクロモジウォーターと作った石鹸は生徒が持ち帰りました。



ひろおく便りの撮影がありました

広島テレビで毎週月曜日夕方6時55分から放送している「ひろおく便り」の撮影がありました。今回は8月8日葉っぱの日グリーンラリーの取材に来られました。グリーンラリーは今年も吾妻山で開催します。チェックポイントを回りハイキングをしながら森林浴、心も身体もリフレッシュできますよ。今回撮影されたひろおく便りの放送は7月18日(月)です。



書き損じハガキでカンボジア地雷撤去支援 報告会

自治振興センターの入り口に書き損じハガキ投函ボックスを設置しています。去年の8月から設置して約400枚のハガキを回収しました。

比和で回収されたハガキがどのようにカンボジア地雷撤去支援に繋がっているのか カンボジア支援の市民グループ「クメールエール」代表のフリーアナウンサー久保田夏菜さんに来てもらい報告会を開催します。興味のある方、ぜひ参加してみてください。

日時:7月10日(日) 14時~16時

場所:比和自治振興センター 大会議室

対象:比和町民 クメールエール関係者

参加される方は未使用のハガキ、未使用の書き損じハガキ、未使用切手を1枚以上お持ちください。

比和自治振興区 総務部部長の前垣さんと庄原市ふれあいセンターコパリホールで行われた「災害の備えを学ぼう 身近なものが大変身!」に参加しました。災害時に役立つ便利グッズを身近なもので作りました。参考になる内容なので総務部会で検討し、今後比和で開催する予定です。



7月2日(土)、吾妻山の駐車場付近で特定外来生物オオハンゴンソウを抜く作業をしました。オオハンゴンソウは背丈が2mくらいまでの黄色い花です。この事業はNPO 法人比和まちミュージアムが毎年行っています。継続して行っているためオオハンゴンソウは減少傾向にあるようです。



7月の行事予定

(自治振興センター内)

※予定は変更することがあります

☆放課後子供教室は7月7・14・21・28日(木)です。

☆子ども書道教室は7月14日(木)です。

7/6(水) 定例民協

7/6・20(水) 大人の書道教室

7/6(水) スポーツ協会比和支部

7/7(木) 比和まるごと家族たなばたまつり

7/7(木) 元気づくりセミナー

7/8(金) 老人クラブ連合会

7/8(金) 財産区管理会

7/8(金) 比和自治会

7/9・16・23・30(土) やまぼうしの会

7/10(日) 参議院議員選挙会場

7/10(日) 書き損じハガキでカンボジア地雷撤去支援報告会

7/12(火) 比和ノルディックウォーキングの会

7/12(火) あんしんづくり会議/R・R・HIWA

7/13(水) ソバ組合

7/13(水) インストラクター研修会

7/14(木) 幸友会(幸友会)

7/14・21・28(木) 3B 体操

7/15(金) 地域活性化部会

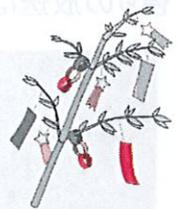
7/20・27(水) 新型コロナウイルスワクチン接種

7/20(水) 比和自治振興区役員会

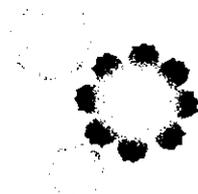
7/21(木) 青少年育成庄原市民会議比和支部

7/25(月) 健康寿命向上セミナー

7/27(水) つきいちヨガ



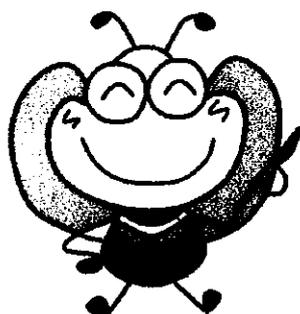
令和4年度 高齢者筋力トレーニング事業



(パワーリハビリテーション)参加者募集!!

パワーリハビリのマシンを利用した、筋力向上トレーニング事業を今年度、実施します。

今の活動範囲の維持や、運動機能を高めたい方は、ぜひご参加ください。



参加者の声

- ★新型コロナウイルス感染症により外出の機会が減少しましたが、他の参加者と共に実施することで、楽しく継続して参加しています。
- ★マシンを使うことで自然に身体が動き、有効な運動につながっていると感じています。

対象者: 次の (1)~(4)の全てに該当する方

(1) 次の項目のうち、3 つ以上に該当し、かつパワーリハビリテーションの実施について主治医の許可がある方

| | |
|---|--------------------------|
| 1 | 手すりや壁をつたって階段を昇る |
| 2 | イスに座った状態から、何かにつかまって立ち上がる |
| 3 | 15分以上続けて歩くことが難しい |
| 4 | この1年間で転んだことがある |
| 5 | 転倒に対する不安が大きい |

(2) 週2回程度の事業に参加可能な方

(3) トレーニングへの意欲があり、家族の協力が得られる方

(4) 介護保険の認定を受けておられない方

詳しい内容は裏

実施日時

実施日時

| 回 | 日にち | 回 | 日にち | 回 | 日にち |
|---|-----------|----|------------|----|------------|
| 1 | 9月 7日(水) | 10 | 10月 12日(水) | 19 | 11月 11日(金) |
| 2 | 9月 9日(金) | 11 | 10月 14日(金) | 20 | 11月 16日(水) |
| 3 | 9月 14日(水) | 12 | 10月 19日(水) | 21 | 11月 18日(金) |
| 4 | 9月 16日(金) | 13 | 10月 21日(金) | 22 | 11月 22日(火) |
| 5 | 9月 21日(水) | 14 | 10月 26日(水) | 23 | 11月 25日(金) |
| 6 | 9月 28日(水) | 15 | 10月 28日(金) | 24 | 11月 30日(水) |
| 7 | 9月 30日(金) | 16 | 11月 2日(水) | 25 | 12月 2日(金) |
| 8 | 10月 5日(水) | 17 | 11月 4日(金) | | |
| 9 | 10月 7日(金) | 18 | 11月 9日(水) | | |

★全25回開催

- ・1回目のみ（午後）1時30分～3時30分
- ・2回目～25回目（午前）9時30分～11時30分

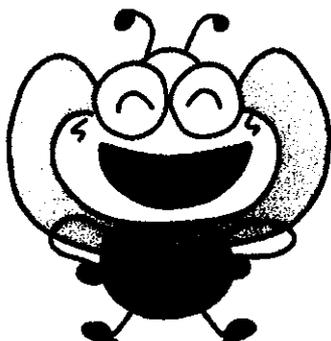
★9月7日(水)、10月19日(水)、11月30日(水)は、理学療法士(愛生苑)による指導があります。

実施場所 比和自治振興センター 1階 機能訓練室

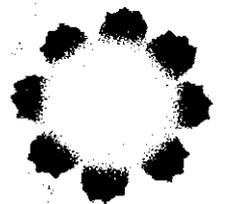
募集定員 6名（受付後、参加決定通知を送付します）

申し込み期日 令和4年7月29日(金)

*送迎はありませんので、ご了承ください。



【申し込み・問い合わせ先】
庄原市比和支所 地域振興室 市民生活係
電話 85-3001 土居



自身の生きがいと健康づくりに!!

高齢者筋力トレーニング事業

“ボランティア”募集!!

比和地域では、高齢者筋力トレーニング事業(パワーリハビリテーション)を長年実施し、健康づくりや介護予防に大きな成果をあげています。

今回、この事業にボランティアとして
意欲的に活動していただける方を募集します。

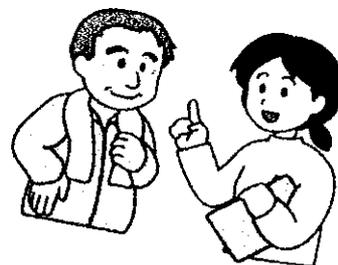
パワーリハビリテーションやボランティア活動に関心がある方は、ぜひご参加ください。内容は参加される方が、正しく、効率よくマシンを使ってトレーニングができているか、声掛けや確認を行って頂きます。

なお、つぎの日程で行なう研修を受けていただいた方に、ボランティアとして活動していただきます。

ボランティア活動への参加を希望される方は、7月29日(金)までにお申し込みください。

<研修日程> 9月7日(水)

午前9時30分~11時30分



<研修場所> 比和自治振興センター 1階 機能訓練室



(申込み・問合わせ先)
庄原市比和支所 地域振興室
電話：85-3001