

市民のみなさんへ

庄 原 市

行政文書の発行について

令和4年12月20日付けの行政文書をつぎのとおり発行します。

★ 回覧文書

表 題	備 考	担 当
市営住宅(公営住宅)入居者募集について		環境建設部 都市整備課
市営住宅(特定公共賃貸住宅)入居者募集について		
水道管凍結対策のお願い		水道局 水道課
マイナンバーカードの受け取りについて	表面	企画振興部 企画課
空き家の無料相談会の開催について	裏面	企画振興部 自治定住課
しょうばら脱炭素地域推進ニュース		環境建設部 環境政策課
「庄原まちなか交流施設」利用のご案内	表面	企画振興部 商工観光課
「しょうばら九日市」のご案内	裏面	
国営備北丘陵公園イベントのご案内		
庄原市上野総合公園だより		上野総合公園
ふろむざすいむ		教育部 西城教育室
レベルアップスポーツ教室スキー教室参加者募集！！		教育部 生涯学習課
庄原さくらスポーツクラブだより		
総合体育館だより		総合体育館
庄原市老連 広報 第40号		生活福祉部 高齢者福祉課

※各戸配布一覧は裏面にあります

★ 各戸配布

表 題	備 考	担 当
庄原自治振興区だより(庄原地区のみ)		庄原自治振興区
本村自治振興センターだより(本村地区のみ)		本村自治振興区
峰田自治振興区だより(峰田地区のみ)		峰田自治振興区
敷信情報工房(敷信地区のみ)		敷信自治振興区
東自治振興区だより(東地区のみ)		東自治振興区
山内自治振興センターだより(山内地区のみ)		山内自治振興区
北自治振興区だより(北地区のみ)		北自治振興区

◎ 行政文書のお問い合わせについて

市役所内の各課・センター・室・局・係へ直接電話できる直通電話を設置しています。

電話番号をご確認のうえ、担当へ直接お問い合わせください。

〒727-8501 庄原市 総務部総務課総務法制係

電話番号 (0824)73-1123(直通) FAX (0824)72-3322

庄原市ホームページアドレス <http://www.city.shobara.hiroshima.jp>

庄原市電子メールアドレス shobara@city.shobara.lg.jp



市営住宅(公営住宅)募集について(お知らせ)

公営住宅へ入居を希望される方は、次の事項を参照のうえ、申込書に必要書類を添えて申し込み受付期間内に提出してください。

《 募集する住宅 》

住宅名 【建築年度】	所在地	部屋番号	構造 床面積 【㎡】	規格	収入及び家賃						募集 戸数
					～104千円	～123千円	～139千円	～158千円	～186千円	～214千円	
					円	円	円	円	円	円	
中野 【平成15年】	西城町	16号室	木平 52.00	2DK	14,400	16,600	19,000	21,400	24,500	28,300	1
第二川東 【昭和40年】	東城町	203号室	木平 31.66	2K	3,100	3,600	4,100	4,700	5,300	6,200	1

《 入居資格 》

申し込まれる方は、次の①～⑤のすべての条件を満たしていることが必要です。

① 申込者が成人であること。

② 世帯の収入(月収額)が158,000円以下であること。

この場合の月収額とは、過去1年間における所得税法に準じて算出した申込者及び同居親族の所得金額の合計から次に掲げる額を控除した額を12で除した額となります。

○ 同居親族又は別居の配偶者及び扶養親族1人につき38万円

○ 扶養親族に老人扶養親族及び特定扶養親族がいる場合は、その扶養親族1人につき老人扶養親族10万円、特定扶養親族25万円

○ 同居親族又は別居の配偶者のうち老人控除対象配偶者がいる場合は、その配偶者1人につき10万円

○ 申込者又は同居親族及び扶養親族に障害者がいる場合は、その障害者1人につき27万円(特別障害者は40万円)

○ 申込者又は同居親族に寡婦及び寡夫がいる場合は、その寡婦及び寡夫1人につきその人の所得から27万円

ただし、次に掲げる世帯については、特に居住の安定性を図る必要があると考えられるため、収入基準(月収額)は、一般世帯より高い214,000円以下となる場合があります。詳細については、本庁又は支所の担当室に相談してください。

● 身体障害者世帯

● 戦傷病者世帯

● 精神障害者・知的障害者世帯

● 原子爆弾被爆者世帯

● 60歳以上の方と児童世帯

● 引揚者世帯

● 未就学児世帯

● ハンセン病療養所入所者等世帯

③ 現在、住宅に困っていること。

④ 入居申込者又は同居しようとする親族が暴力団員でないこと。

⑤ 市税等を完納していること。ただし、納税義務のない方はこの限りではありません。

《 申し込み方法 》

庄原市役所 環境建設部 都市整備課ならびに各支所担当室(地域振興室、東城支所にあつては産業建設室)に備え付けの『市営住宅入居申込書』に所要事項を記入のうえ、申し込み受付期間内に必要書類を添えて提出してください。

添付する必要書類は、次のとおりです。

入居者全員の (1)住民票の写し

(2)市区町村役場で交付を受けた「令和4年度市民税・県民税所得証明書」(源泉徴収票は不可)

入居申込者本人及び同居予定者で16歳(高校生)以上は全員)

(3)健康保険証の写し

(4)入居者資格調査承諾書

《 申し込み受付期間 》

令和5年1月4日(水)午前8時30分から令和5年1月10日(火)午後5時15分まで

《 選考の方法 》

応募者が募集戸数を超える場合は、抽選により決定します。(抽選日は受付期間終了後に通知します。)

《 入居時期 》

令和5年2月下旬

《 その他 》

1. 申し込み時に添付いただく証明書等の返還はできません。予めご了承ください。
2. 応募者が募集戸数に達しなかった場合の空き家については、応募があるまでの間常時募集とします。
3. 入居決定者は、連帯保証人1名の署名する請書の提出と敷金(入居時家賃の3ヵ月分)の納付が必要です。
(令和2年4月から、必要な連帯保証人の人数は1名となりました。)

《 問い合わせ先 》募集住宅の詳細については、住宅の所在する本庁又は支所へお問い合わせください。

庄原市 環境建設部 都市整備課 管理係 電話 (0824)73-1172

Email toshi-kanri@city.shobara.lg.jp FAX (0824)73-1147

本庁の事務所は、市役所本庁舎 2階 です。

西城支所	地域振興室	(0824)82-2181
東城支所	産業建設室	(08477)2-5141
口和支所	地域振興室	(0824)87-2113
高野支所	地域振興室	(0824)86-2113
比和支所	地域振興室	(0824)85-3003
総領支所	地域振興室	(0824)88-3065



市営住宅(特定公共賃貸住宅)入居者募集について

(お知 らせ)

若年層や中堅所得者層の定住を促進するための特定公共賃貸住宅に入居を希望される方は、次の事項を参照のうえ、申込書に必要書類を添えて申し込み受付期間内に提出してください。

【募集する住宅】

住宅名 【建築年度】	所在地	部屋番号	構造 床面積 [m]	規格	家賃 (円)	募集 戸数	備考
荒楨 【平成10年】	西城町	4号室	木2 65.92	3DK	52,000	1	
たかの神野瀬タウン 【平成12年】	高野町	101号室	木2 89.43	3LDK	59,000	1	

【世帯月収額の区分別入居者負担額】

入居後20年間は、申請により月収額の区分に従い下記のとおり家賃が減額されます。

住宅名	収入の区分					適用
	～238千円	～268千円	～322千円	～445千円	～601千円	
荒楨	40,000	40,000	40,000	44,000	48,000	
たかの神野瀬タウン	27,000	27,000	35,000	43,000	51,000	

《 入居資格 》

申し込まれる方は、次の①～⑥のすべての条件を満たしていることが必要です。

- ① 申込者が成人であること。
- ② 現に同居又は同居しようとする親族がいること(婚約者及び内縁関係にある方を含みます)。
夫婦又は親子を主体とした家族であること。家族を不自然に分割し又は統合して申し込むことはできません。
- ③ 世帯の収入(月収額)が158,000円以上487,000円以下であること。
なお、世帯の収入(月収額)が123,000円以上158,000円未満の場合は、入居申込者が申し込みをした日において、年齢35歳以下であり、かつ所得の上昇が見込まれるものであること。

この場合の月収額とは、過去1年間における所得税法に準じて算出した申込者及び同居親族の所得金額の合計から次に掲げる額を控除した額を12で除した額となります。

- 同居親族又は別居の配偶者及び扶養親族1人につき38万円
- 扶養親族に老人扶養親族及び特定扶養親族がいる場合は、その扶養親族1人につき老人扶養10万円、特定扶養親族25万円
- 同居親族又は別居の配偶者のうち老人控除対象配偶者がいる場合は、その配偶者1人につき10万円
- 申込者又は同居親族及び扶養親族に障害者がいる場合は、その障害者1人につき27万円(特別障害は40万円)
- 申込者又は同居親族に寡婦及び寡夫がいる場合は、その寡婦及び寡夫1人につき27万円

【裏面へ】

- ④ 現在、住宅に困っていること。
- ⑤ 入居申込者又は同居しようとする親族が暴力団員でないこと。
- ⑥ 市税等を完納していること。ただし、納税義務のない方は、この限りではありません。

《 申し込み方法 》

庄原市役所 環境建設部 都市整備課ならびに各支所担当室(地域振興室、東城支所にあつては産業建設室)に備え付けの『市営住宅入居申込書』に所要事項を記入のうえ、申し込み受付期間内に必要書類を添えて提出してください。

入居者全員の (1)住民票の写し

(2)市区町村役場で交付を受けた「令和4年度市民税・県民税所得証明書」(源泉徴収票は不可。

入居申込者本人及び同居予定者で16歳(高校生)以上は全員)

(3)健康保険証の写し

(4)入居者資格調査承諾書

《 申し込み受付期間 》

令和5年1月4日(水)午前8時30分から令和5年1月10日(火)午後5時15分まで

《 選考の方法 》

応募者が募集戸数を超える場合は、抽選により決定します。(抽選日は受付期間終了後に通知します。)

《 入居時期 》

令和5年2月下旬

《 その他 》

1. 申し込み時に添付いただく証明書等の返還はできません。予めご了承ください。
2. 応募者が募集戸数に達しなかった場合の空き家については、応募があるまでの間常時募集とします。
3. 入居決定者は、連帯保証人1名の署名する請書の提出と敷金(入居時家賃の3ヵ月分)の納付が必要です。

(令和2年4月から、必要な連帯保証人の人数は1名となりました。)

《 問い合わせ先 》募集住宅の詳細については、住宅の所在する本庁又は支所へお問い合わせください。

庄原市 環境建設部 都市整備課 管理係 電話 (0824)73-1172

Email toshi-kanri@city.shobara.lg.jp FAX (0824)73-1147

本庁の事務所は、市役所本庁舎 2階 です。

西城支所	地域振興室	(0824)82-2181
東城支所	産業建設室	(08477)2-5141
口和支所	地域振興室	(0824)87-2113
高野支所	地域振興室	(0824)86-2113
比和支所	地域振興室	(0824)85-3003
総領支所	地域振興室	(0824)88-3065



寒さから水道管を守りましょう

～凍結対策をお願いします～

毎年この時期になると、水道管の凍結による破裂が相次いで起きています。

水道管は、気温マイナス4℃以下になると、凍結による破裂の可能性が非常に高くなります。

ふだん使用していない蛇口などは、特に注意が必要です。

水道管や蛇口などは、個人の所有物であるため、水道管が破裂し漏水した場合は、修理費を負担していただく必要があります。

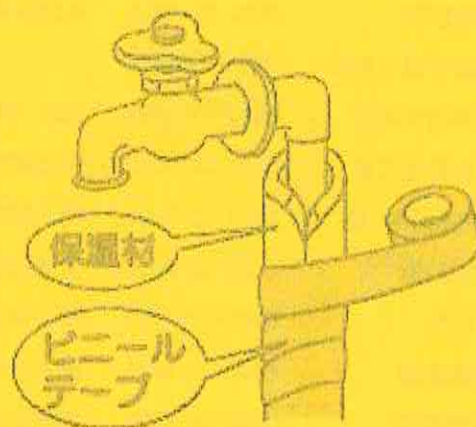
寒さに備え、各ご家庭で水道管などの凍結、防寒対策を行い、快適な冬を過ごしましょう。

凍結対策 その1

水道管の凍結対策

屋外の露出している水道管や蛇口には、市販の保温材や電気式凍結防止帯を巻くと効果的です。

※発泡スチロール製の保温材や凍結防止帯は、ホームセンターなどで取り扱っています。



凍結対策 その2

長期不在の時は届出を

長期間、住宅を不在にする場合や水道設備を使わない場合は、水道管の凍結破裂による漏水事故が発生する恐れがあるため、水道課または各支所の水道室へご相談ください。

もし、凍ってしまったら…

蛇口が凍ってしまったら、タオルなどをかぶせ、その上から、ぬるま湯をかけてください。

熱湯をかけたり、凍った状態で無理に栓をひねったりすると、パッキンや蛇口などが破損することがありますので注意しましょう。

裏面もお読みください

もし、破損してしまったら・・・

水道管が破裂してしまったら、緊急に水を止める必要があるため、メーターボックス内にある止水栓を閉めて、すぐに次の市内指定工事店へ修理を依頼してください。

漏水による水道料金も個人のご負担となります。

ただし、下水道等使用料については、減免できる場合もありますので詳しくは下水道課へお問い合わせください。

庄原市内の上水道指定工事店

令和4年10月1日現在

<庄原>		(有)藤本工務店	0824-72-3146	高瀬産業(株)	08477-2-3200
(株)角栄組	0824-72-5254	ケイワイ設備(有)	0824-74-0109	(有)日進設備工業	08477-2-0312
(有)荒木電工	0824-72-7800	(株)大和建設	0824-74-0222	(株)斎藤組	08477-2-0088
(有)宇山設備	0824-72-7156	マエオカ住設	0824-72-5494	(株)清水商店	08477-2-0151
(株)大歳組	0824-72-0321	(有)中田建設	0824-78-2926	広島ガス住設(株)	08477-2-0030
小林建設(株)	0824-72-2185	茶園設備	0824-78-2110	宮田建設(株)	08477-2-2181
(有)三誠金属工作所	0824-72-0038	<西城>		山形建設(株)	08477-2-0537
(有)長谷川木材店	0824-72-0419	瀧本 明人	0824-82-2900	小奴可建設(株)	08477-5-0358
(有)石田設備工業	0824-72-7622	(有)板本建村	0824-82-3370	(有)宮田工務店	08477-5-0565
なんでも西さん屋	0824-72-2433	(有)大里商店	0824-82-2508	<高野>	
清水建設(有)	0824-72-4178	西城建設(株)	0824-82-2838	(株)加島建設	0824-86-2228
(株)たけだ	0824-72-2178	(株)下田建設	0824-82-2053	(有)ミマデンキ	0824-86-2642
長岡商事(株)	0824-72-2161	(有)ネジカネ工業	0824-82-2933	和田ラジオ商会	0824-86-2215
北備建設(株)	0824-72-0304	三宅建設(株)	0824-82-2604	高野設備(有)	0824-86-3920
(株)カワムラ	0824-72-1049	<東城>		<比和>	
(株)スイセイ設備	0824-72-3700	(株)スミカワ設備	08477-2-3910	(有)協栄商会	0824-85-2501
(同)トータルプランニング	0824-72-7330	(有)山崎組	08477-2-0428		
ヨシイ設備	0824-72-6077	(有)佐伯建設	08477-2-3098		

【問い合わせ先】

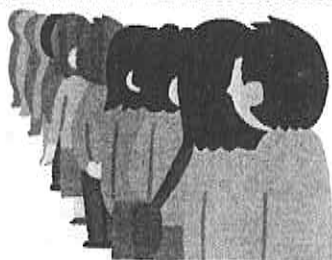
上水道	水道局水道課工務係	TEL:0824-73-1170	FAX:0824-72-4591
	メールアドレス:suido-koumu@city.shobara.lg.jp		
	西城支所西城水道室	TEL:0824-82-2181	高野支所高野水道室 TEL:0824-86-2113
	東城支所東城水道室	TEL:08477-2-5251	比和支所比和水道室 TEL:0824-85-3003
	口和支所口和水道室	TEL:0824-87-2113	総領支所総領水道室 TEL:0824-88-3065
下水道	下水道課管理係	TEL:0824-73-1175	FAX:0824-72-4591
	メールアドレス:gesui-kanri@city.shobara.lg.jp		

マイナンバーカードの

受け取りは お早めに！



令和5年2月はマイナポイント第2弾の申請期限を迎えるため交付窓口が大変混み合います。案内ハガキが届いている方は早めにお受け取りください。



来庁される際は、事前に電子証明書の暗証番号を決めておいていただくとスムーズにお受け取りいただけます。

※本人確認書類が保険証しかないとのお問い合わせがあります。病院の診察券（氏名・生年月日が印字されたもの）と保険証の組み合わせでカードを受け取ることができます。



原則、ご本人様の受け取りになります。

代理人による受け取りは、ご本人が病気、身体の障害その他のやむをえない場合に限りますので、下記問い合わせ先へお尋ねください。



庄原市 LINE 公式アカウントでは暮らしに役立つ情報を配信しています。右のQRコードを読み取り友だち登録をお願いします。



【問い合わせ】 庄原市生活福祉部市民生活課：0824-73-1157

西城支所地域振興室：0824-82-2124

東城支所市民生活室：08477-2-5121

口和支所地域振興室：0824-87-2112

高野支所地域振興室：0824-86-2115

比和支所地域振興室：0824-85-3001

総領支所地域振興室：0824-88-3063

庄原市企画振興部企画課

電話：0824-73-1148



FAX：0824-72-3322 Email：digital@city.shobara.lg.jp

1 / 17
(火)

空き家の 無料相談会

『亡くなった父の名義のままにしている空き家がある』

『実家の空き家をどうにかしたい』『施設に入るので、自宅が空き家になる』

空き家の相続・遺言をはじめ成年後見、空き家の処分や管理、利活用など、空き家に関する困りごとに、専門家が無料で相談に応じます。



日時： 令和5年1月17日(火) 16～20時

会場： 楽笑座 (広島県庄原市西本町二丁目1-10)

内容： ○空き家の管理、処分、活用に関すること
○空き家の相続・遺言・成年後見に関すること

相談員： 司法書士、宅地建物取引士、社会福祉士
(庄原市空き家解決専門家ネットワーク)



庄原市空き家解決専門家ネットワーク

について

庄原市の空き家問題を解決するために集まった専門家集団です。令和3・4年度国土交通省「住宅市場を活用した空き家対策モデル事業」に採択され、広島県・庄原市・庄原商工会議所・広島みどり信用金庫・広島銀行庄原支店・庄原市社会福祉協議会の後援を受けて活動しています。

ワンストップサービスで、直接的に空き家問題を解決するだけでなく、空き家問題の根本的な原因を解決するため、人口減少問題、移住者の支援、成年後見制度の拡充、啓発啓蒙、社会事業家の支援に力を入れています。

※一組 45分以内

＜事前予約制＞

【ご予約・お問合せ先】

庄原市空き家解決

専門家ネットワーク

電話 (0824) 72-2315

※新型コロナウイルス感染拡大状況によっては、中止する場合があります。

主催：庄原市空き家解決専門家ネットワーク

後援：庄原市(企画振興部 自治定住課 定住推進係)

電話:0824-73-1257 FAX:0824-72-3322 メール:teiju@city.shobara.lg.jp

No. 9

しょうばら



脱炭素地域推進ニュース

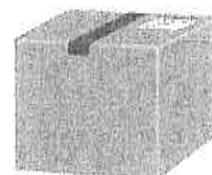
発行日	令和4年12月20日
発行元	環境建設部環境政策課
TEL	0824-72-1398
FAX	0824-72-5517
mail	kankyo- seisaku@city.shobara.lg.jp

宅配便のクールチョイス

いまや生活に欠かせない便利な宅配サービス。日々の暮らしの中で、インターネットで商品をポチッとするだけで家に届けてくれる、便利な通信販売。

インターネットを利用した商品の受発注の普及により、宅配便の取り扱い個数は年々増加傾向にあります。それに伴い再配達も増加していて、配達車両の移動によるCO₂排出量の総量は約42万トン、体積にすると東京ドーム170杯分もCO₂が排出されていることとなります。再配達の削減は、CO₂の排出削減にもつながります。

いろいろな受け取り方を選んでみましょう！



① 自宅で受け取る方法

外出先から配達確認ができるものなど便利に進化しています。また、戸建住宅用の宅配ボックスが発売されています。玄関先や車庫など指定された場所に置いてくれる「置き配」などの実施も再配達の防止に役立ちます。

② 外出先で受け取る方法

運送会社の営業所や、自宅や勤め先の近くのコンビニで受け取るサービスがあります。通勤や帰宅途中に好きな時間に立ち寄って受け取ることができます。

③ 時間帯指定とアプリの活用

宅配便を受け取る際は、時間帯指定が効果的です。また、急用などで指定した時間に受け取れない場合でも、宅配便事業者などが配信しているアプリを利用することで配達日時の変更手配もできるため、再配達の手間を減らすことができます。

家に帰ったらポストに宅配便の不在票が入っていたという事も少なくなり、1回で受け取ることができれば、CO₂排出も削減できます。

出典：COOL CHOICE ウェブサイト（環境省（COOL CHOICE 事務局））

(<https://ondankataisaku.env.go.jp/coolchoice/lp2019/index04.html>) を加工して作成

庄原まちなか交流施設

(紅梅通り三軒茶屋・紅梅通りまちなか広場) 【位置】 庄原市中本町一丁目2番11号

「まちなか交流施設」は、市街地におけるにぎわいを創出し、まちなかの活性化を図ることを目的とした施設です。みなさんの交流の場としてご利用ください。

紅梅通り三軒茶屋・まちなか広場の利用申し込みは、利用予定日の6ヶ月前から受け付けます。お問合せ・お申し込み先は、庄原市役所企画振興部商工観光課(本庁舎4階)です。電話番号は0824-73-1178です。

【お知らせ】

三軒茶屋1階の飲食店(社会福祉法人優輝福祉会運営)が令和4年12月をもって閉店となります。1階の利用を検討される方は商工観光課へご相談ください。



位置図



◆庭園

まちなか広場のシンボルとして、世界で活躍されている庭園デザイナー石原和幸さんがデザインされ、庄原の里山をイメージした植物を配し、市民と一緒に植えて作った庭園です。まちなかの憩いの空間として和ませてくれます。ご自由にお立ち寄りいただけます。



◆三軒茶屋

築80年以上の古民家を再生し、1階は飲食店、2階は展示室(会議室等)が3室あり、市民が利用できるスペースになっています。



◆アーティスト手形



『浜田省吾』『ミスターチルドレン』

『ドリームズ・カム・トゥルー』

過去に国営備北丘陵公園でセットストック・野外ライブに出演したアーティストの手形が設置されています。

電話 (0824) 73-1178 FAX (0824) 72-3322
MAIL : syoukou-shinkou@city.shobara.lg.jp

皆様に支えられて 第256回

く ん ち い ち

しょうばら九日市

令和5年1月9日(月) 9時~13時

毎月9日 9時~13時の時間にて、庄原市中本町商店街・まちなか広場で開催しています。
食の市・手仕事市・自由市など、様々な商品がありますので、ぜひ一度お立ち寄りください。

しょうばら九日市とは…

天正年間(440年前)に物々交換で始まった市(いち)

昭和年代の戦争で途絶えた市を、市街地活性化ボランティア活動として、空き店舗などを活用し、2001年に復活。地元商店・近隣市町・中国地方からの出店もあり、感謝と笑顔・人のぬくもりの伝わる九日市として活動しています!

今回は、まちなか広場にて「福引き」を開催します



しょうばら九日市で商品をお買い上げの皆様には福引き券を配布。

抽選で当たった引換券を、各店舗ブースにて、景品と交換!

景品は九日市出店者

からの提供です!!

開催場所

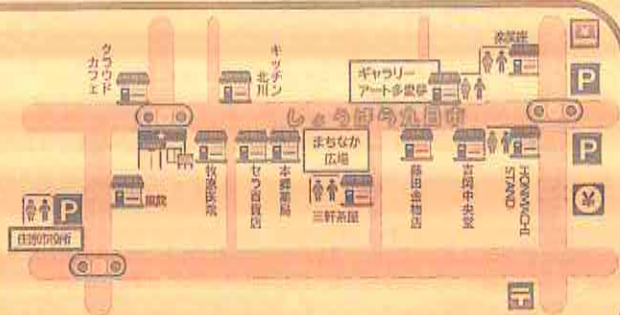
庄原市庄原まちなか交流施設紅梅通りまちなか広場
(庄原市中本町一丁目2番11号)

お問い合わせ先 : 九日市愛好会
〒727-0013 庄原市西本町 2-1-10
(楽笑座内)

TEL/FAX 0824-72-8285

ホームページ <http://www.kunchi-ichi.jp>

※水曜日は定休日となっています。



庄原市企画振興部 商工観光課 商工振興係

TEL:0824-73-1178 FAX:0824-72-3322 Mail:syoukou-shinkou@city.shobara.lg.jp

冬咲き ぼたん展

2023年

1月21日(土)～2月26日(日) ※休園日:毎週月曜日

開園時間 / 9:30～16:30(入園は15:30まで)

開催場所 / ひばの里 さとやま屋敷

こくえいびほくきゅうりょうこうえん

 国営備北丘陵公園

広島県庄原市

備北公園管理センター TEL 0824-72-7000

〒727-0021 広島県庄原市三日市町4-10



■入園料

一般	大人:450円、シルバー(65歳以上):210円
団体	大人:290円、シルバー(65歳以上):210円
こども(中学生以下):無料	

■駐車場

普通	軽:320円 大型:1,050円 二輪:100円
----	--------------------------

■年間パスポート

大人	4,500円、シルバー(65歳以上):2,100円
<small>5年間の有効であるものの発行費は年パスポート加入金は別途1,000円(税込)です。</small>	

【問合せ先】

庄原市 企画振興部 商工観光課

電話番号 (0824-73-1179)

FAX番号 (0824-72-3322)

メールアドレス

kankou@city.shobara.lg.jp



※(新型コロナウイルス感染拡大防止対策へのご協力をお願い) 当公園では、お客様に安心してご利用いただけるよう新型コロナウイルス感染症(COVID-19)の感染拡大防止対策に取り組んでいます。ご利用される皆さまにおかれましても感染拡大防止にご協力をお願いいたします。また、感染拡大防止を図るため、施設の一部利用制限・イベント等の開催内容を変更または中止する場合がありますので、お出かけの際は事前にご確認をお願いいたします。

※記載されている情報は2022年12月現在のものです。記載内容は天候等の理由により予告なく変更または中止となる場合がありますので、お出かけの際は事前にご確認ください。また、記載のイベントも定例になり次第終了となる場合がありますので、予めご了承ください。



とんど焼き

- ◎ 1月15日(日) 12:00 点火
- ◎ つどいの里 スポーツ広場
- ◎ 無料

1年の無病息災を祈願し、園内に飾っていた正月飾りを焼きます。2023年の干支「卯(うさぎ)年」生まれの方は、とんどの点火に参加できます。

※点火に参加される方は、お早めに会場までお越しください

先着 50 名様に甘酒と
ぜんざいのふるまいが
あります!



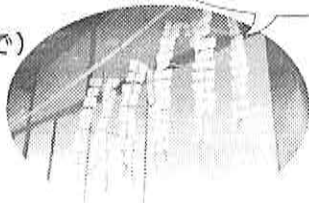
とんどの火で書き初めを燃やし、その煙や炎と一緒に書き初めが高く舞い上がると字が上達するという言い伝えもあります。



切り干し大根づくり

- ◎ 1月14日(土)・15日(日)
- 9:30 ~ 16:00
- (受付は 15:00 まで)

- ◎ 上の農家
- ◎ 300 円/組
- ◎ 10 組/日



昔ながらの保存食
「切り干し大根」は、空気が
乾燥する冬の気候を活用して
つくられています。

ひばの里の畑で収穫した大根を使い、薄切りにしてわらに挟んで干す、昔ながらの切り干し大根づくり体験です。わらへ挟んだ大根は、約2~3週間風通しの良い場所へ干した後に食べることができます。

寒仕込み味噌づくり

- ◎ 1月28日(土)・29日(日)
- 9:30 ~ 16:00
- (受付は 15:00 まで)

- ◎ 上の農家
- ◎ 1,000 円/組
- ◎ 10 組/日



大豆の風味豊かな寒仕込み味噌づくり体験です。煮た大豆を袋に入れてつぶし、糶と塩を加えて混ぜ合わせ、容器へ詰める作業を体験できます。作った味噌は持ち帰って半年~1年後にご家庭で使用することができます。

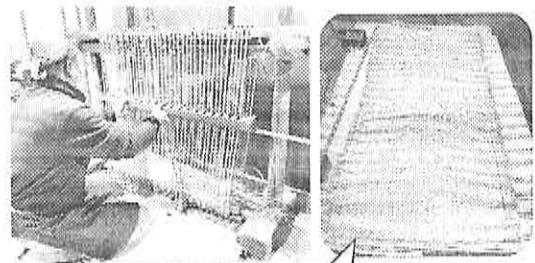
ひばの里「冬仕事」他体験

むしろ織り体験

- ◎ 2月1日(水) ~ 26日(日) 開園時毎日
- 9:30 ~ 16:00 (受付は 15:00 まで)

- ◎ 下の農家
- ◎ 無料

ひばの里の田んぼで収穫した「わら」を材料に、むしろ織りの古民具(むしろばた)を使い、機織りのようにわらを編む体験です。



「むしろ」とは、わらで編んだ敷物のことを言い、ひばの里では冬仕事のひとつとして、1月中旬から編みはじめ、一冬で2~3枚ほどの「むしろ」を編んでいます。



気温の低い冬に味噌づくりを行うことで、ゆっくりと発酵が行われ、味噌の味に深みが出ます。

豆餅つき

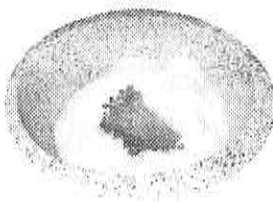
- ◎ 1月29日(日)

13:00 ~

- ◎ さとやま屋敷
- ◎ 無料

- ◎ 100 名(餅のふるまい)

※無くなり次第終了



煎った黒豆とひばの里で収穫したもち米が原料の豆餅をひばの里スタッフが杵と臼を使ってつきます。つきたてのお餅を先着 100 名様にふるまいます。

手打ちそばづくり

- ◎ 1月21日(土)・22日(日)、
- 2月4日(土)・5日(日)・25日(土)・26日(日)
- 9:30 ~ 16:00 (受付は 15:00 まで)

- ◎ 上の農家
- ◎ 5人前 1,800 円、7人前 2,500 円
- ◎ 5 組/日



地元庄原市一木(ひとつぎ)町のそば粉を使用したそば打ち体験です。つくったそばはその場でゆでて、食べることができます。
※持ち帰りはできません。



令和5年1月号

庄原市上野総合公園だより

URL:<http://ueno.npo-polano.or.jp/>

庄原市上野総合公園

検索

今年もお世話になりました



本年中は、上野総合公園をご利用いただき誠に有難うございました。

来年も変わらぬご愛顧の程、宜しくお願い申し上げます。

良いお年をお迎えください。

～第71回庄原市スター式駅伝大会～

が開催されました！



12月4日に「第71回庄原市スター式駅伝大会」が開催されました。

3年ぶりの開催でしたが、地元や三次、広島市などから28チーム、計168人がタスキをつなぎました。終わりの見えないコロナ禍に希望を持たせてくれるような、とても力強い走りでした。

参加者の皆様、関係者の皆様、大変お疲れ様でした！



令和4年12月28日(水)～令和5年1月4日(水)の期間は休園とさせていただきます。
大変ご迷惑をお掛けしますが、ご理解の程宜しくお願い致します。

《問い合わせ先》

庄原市上野総合公園指定管理者

〒727-0004 庄原市新庄町 394 番地 TEL(0824)72-7201

庄原市環境建設部都市整備課管理係

TEL(0824)73-1172

ポラーノグループ庄原

FAX(0824)72-7229

E-mail/polano@ueno.npo-polano.or.jp

E-mail/toshi-kanri@city.shobara.lg.jp

上野総合公園陸上競技場 1 月専用利用予定表(12 月 10 日現在)

専用利用は変更となる場合がございます。最新の予定表はホームページでご確認ください。

日	月	火	水	木	金	土
1/1 休園日	2 休園日	3 休園日	4 休園日	5	6	7
8	9	10	11 休園日	12	13	14
15	16	17	18 休園日	19	20	21
22	23	24	25 休園日	26	27	28
29	30	31	2/1 休園日	2	3	4

健康ノルディック

※天候等の都合により変更となる場合がございます。予めご了承ください。

上野総合公園では毎週金曜日に健康ノルディックを開催しています。

コースは4km 程度で、軽く運動した後、上野総合公園を出発します。日頃の運動不足が気になる方、ウォーキングを始めたいとお考えの方等いらっしゃいましたら、お気軽にご参加ください。

【開催日】1月6日(金)・20日(金)・27日(金)

【受付時間】9:00～(9:30 スタート)

【参加費】100 円

【指導者】ポラーノグループ庄原 瀧口和博

毎年恒例
三社参り

ノルディック・ウォーキングの集い～三社参り～

1月のノルディック・ウォーキングは三社参りを行います。

初めての方も経験者の方も、年初めにみんなでお参りしませんか？

ポールの無料貸し出しを行っております。

皆様のご参加お待ちしております！

【開催日】1月14日(土)

【受付時間】9:00～(9:30 スタート)

【参加費】お一人 500 円(保険料含)

【指導者】◆ノルディック・ウォーク連盟 妹尾奏子さん

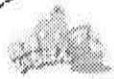
永谷洋理子さん

◆ポラーノグループ庄原

瀧口和博



ポ ラ ー ノ グ ル ー プ 庄 原



ふろむ さ すいむ From the 水夢

Saigo warm water swimming pool

広報誌：ふろむ さ すいむ 令和4年12月20日発行

泳ぐ。歩く。
遊ぶ。憩う。

西城温水プール「水夢」
TEL&FAX 0824-82-2446
庄原市教育委員会教育部西城教育室
TEL 0824-82-2121
FAX 0824-82-2083
Mail soumu-sai@city.shobara.lg.jp

《水夢からのお知らせ》

- ◎現在、温水プールは2月28日（火）まで休場中です。
なお、トレーニングルーム及びフィットネススタジオは通常どおり利用できます。
- ◎12月29日（木）から1月4日（水）まで年末年始の休館日です。
- ※西城球技場、西城体育館も12月29日から1月4日まで休場日です。
利用申込みは水夢で行っています。

《各教室・イベントの行事予定表》

○フィットネススタジオ利用団体

□…DA FRY CREW(ダンス・スクール)、□…コンテショニング&ボティメイク

1月 開館時間：13時～20時まで（入場19時まで） <予約状況：12月20日現在>

日	月	火	水	木	金	土				
1	休館日	2	休館日	3	休館日	4	休館日	5	6	7
8	9	10	□	11	□	12	13	14	15	16
15	16	休館日	17	18	□	19	20	21	22	23
22	23	休館日	24	□	25	□	26	27	28	29
29	30	休館日	31							

2月 開館時間：13時～20時まで（入場19時まで）

日	月	火	水	木	金	土
			1	□	2	3
5	6	休館日	7	□	8	□
12	13	休館日	14	15	□	16
19	20	休館日	21	□	22	□
26	27	休館日	28			

※今後の状況によっては施設が利用中止になる場合がございます。

皆さまのご利用を心からお待ちしております。



《レッツ エンジョイ トレーニング!!(11)》

おうちでやってみよう! (第6回)

種目名「スクワット」

効果 下半身の筋力強化

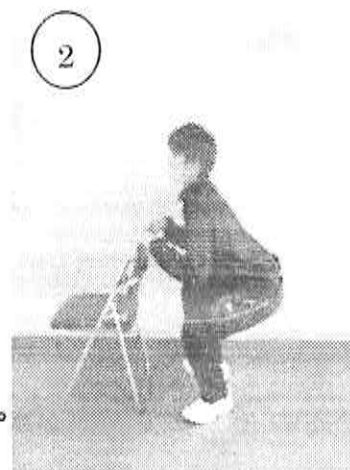
(はじめに) 周囲の安全を確認し、イスを置いて運動の出来るスペースを確保する。

(運動方法)

- ①両足を肩幅程度に開き、目線は正面に向け、背筋を伸ばしてイスの背もたれを握る。
- ②姿勢を崩さずお尻を後ろに引きながらゆっくりしゃがむ。(①、②の動作を繰り返す。)



息を吸う →
← 息を吐く
☆ポイント!



イスの背もたれをつかむことで
姿勢が保たれ動作が安定する。

イスに腰掛けるイメージでしゃがむ。

※注意点

- ・体調に気を付けて実施する。(身体に痛みがある場合はやらない)
- ・呼吸を止めないようにする。(しゃがむ時に吸って、立ち上がる時に吐く)
- ・猫背にならないようにする。(背中が丸まることで動作が不安定になる)
- ・しゃがむ時にひざをつま先より前に出さないようにする。(しゃがむ深さは自分の体力レベルに合わせる)

～ひとこと～

スクワットを正しい動作で行うことで下半身のみならず上半身も鍛えられ、全身の筋力のバランスを整える事が出来て、身体の土台となる下半身が強化される事により姿勢の安定性向上も期待出来ます。今回はイスを使った方法を紹介しましたが、体力レベルに合わせた様々なスクワットのやり方があるので、ぜひチャレンジしてみてください。寒い時期ですが、このように室内で出来る運動を積極的に取り入れていきましょう。

水夢のトレーニングルームにも様々なマシンがあり、目的に応じて運動を楽しむことが出来ます! お気軽にお越しください。

★運動習慣を取り入れて元気な身体作りを目指していきましょう!



レベルアップスポーツ教室スキー教室 参加者募集!!



【日時】 令和5年1月29日(日) 9:00~ 受付開始

【会場】 ひろしま県民の森スキー場 (受付・集合場所は、県民の森体育館)

【対象】 小学生以上で、庄原市民及び市内に通勤・通学されている方

【参加費】 無料 [ただし、昼食及びリフト代は個人負担となります。受付時にお支払いください。]



参加者	区分*	リフト代	昼食代	合計
小・中学生	初心者(小中学生のみ)	500円	1,000円	1,500円
	初級・中級・上級	1,700円		2,700円
高校生・一般	初級・中級・上級	2,500円		3,500円

※クラス編成は、裏面をご覧ください。

【申込締切】 令和5年1月18日(水) 必着

【募集定員】 60名 (申込人数が30名に満たないときは開催しない場合があります)
(ただし、先着順とし、定員に達し次第、締め切ります)

【申込み先】

参加申込書に必要な事項を記入のうえ、郵送またはFAX、持参により下記まで提出してください。

・庄原市教育委員会 教育部 生涯学習課 生涯学習係

〒727-8501 庄原市中本町一丁目10番1号

TEL 0824-73-1188 FAX 0824-73-1254

Mail syogaigakusyu@city.shobara.lg.jp

・庄原市総合体育館、各支所教育室(申込書持参のみ受付)

※申込書は、庄原市ホームページの中の「レベルアップスポーツ教室」または庄原市教育委員会教育部生涯学習課、各支所の教育室および庄原市総合体育館にあります。

レベルアップスポーツ教室

『http://www.city.shobara.hiroshima.jp/main/education/sports/post_1120.html』

【当日及び前日の連絡先】

・ひろしま県民の森 TEL 0824-84-2020



【注意事項】

- ◎ 新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、原則マスクを着用し、講師の指示に従ってください。
- ◎ 当日の朝、体調がすぐれない方あるいは、検温をして37.5度以上の熱がある方は欠席してください。
- ◎ 定員超過等による不受理の場合のみ、個別に連絡します。
- ◎ 今回の教室は、昼食(カレーライス)込みとしています。リフト・昼食代金を受付時にお支払ください。(アレルギー等で食べられない場合は、申込時にご相談ください。)
- ◎ 初心者クラスは、小学生・中学生のみとします。高校生・一般の方は、初級者以上での受付となりますので、予めご了承ください。(クラス編成は、裏面をご覧ください。)
- ◎ 貸スキーご希望の方は、事前の予約を受けますので、参加申込書にある「貸スキー予約申込書」に必要な事項を記入し、お申し込みください。なお、本会場以外でレンタルされる方は、直接、手配してください。
- ◎ 教室中に生じた負傷等については、応急処置のみとし、補償は傷害保険の範囲内とします。
- ◎ 貴重品・荷物は、参加者の責任において管理してください。
- ◎ 教室中は、安全確保のため、必ず手袋及び帽子(キャップ、ヘルメットを含む)を着用してください。
- ◎ リフト券は主催者で一括購入しますので、各自で購入しないようにしてください。
- ◎ 撮影した写真を市ホームページ・広報誌等に掲載しますので、予めご了承ください。裏面もあります

【講師及び日程】

天候その他の事情により日程が変更となる場合があります。

講 師	日 程	
庄原市スキークラブ連合会 (公財)全日本スキー連盟 公認スキー指導員 他	受 付	9時00分 ~ 9時40分
	開会式	9時45分 ~
	講習会	10時00分 ~
	昼 食	11時30分 ~
	講習会	13時30分 ~
	閉会式	15時40分 ~
		(16時00分終了予定)

※昼食は、新型コロナウイルス感染症対策のため、グループごとに時間を区切ってとります。

【リフト代金】

リフト券は、主催者がまとめて購入します。

※ 初心者班の教室受講についても、予めリフト代金(500円)を徴収させていただきますが、教室時間内で、リフト及びロープ塔を利用されなかった場合は、教室終了後にリフト代金をお返しします。

【貸スキーの予約】

貸スキーを予約される方は、当日受付をされる前に「**県民の森スキー場レンタルスキー貸出し所(県民の森体育館)**」において、代金を支払いの上、スキー等を借りてください。(当日は、混雑が予想されますのでお早めにお願います。)

【クラス編成】

当教室は、受講されるみなさんのスキー技術を参考に、クラス編成を行います。

下記は、受講される班をお選びになる際の参考にしてください。

区 分	スキー技術
初 心 者 (対象：小中学生のみ)	・初めてスキーをされる方、スキーの経験はあるが、自力で登行や滑走が難しい、あるいはできない方 ・緩い斜面で、直滑降はできるが、停止ができない方 ・ブルーク(ハの字)で、滑れない方。リフト乗車の経験がない方
初 級	・スキーを履いて、自力で歩行や登行ができる方 ・緩い斜面をブルークで自力滑走でき、停止のできる方 ・ブルークで何とかターン(回転)ができる方 ・1人、あるいは補助の介添えてリフトに乗車できる方
中 級 (バッジテスト3級程度)	・急斜面や不整地(コブ)以外の斜面で、ブルークあるいはパラレル(スキーを揃えての操作)に近いスタンスで自由に滑れる方 ・ブルークあるいはパラレルに近いスタンスで、大回りや小回りのリズムを自分で変えられる方
上 級 (バッジテスト2級程度以上)	・パラレル(平行)スタンスで、あらゆる斜面を滑れる方 ・大回り、小回りのリズムを自由に操作できる方

【中止の場合】

・新型コロナウイルス感染症感染拡大状況及び雪不足、最低携行人数に達しない場合で中止するときは、1月27日(金)中に庄原市ホームページの中の「レベルアップスポーツ教室」へ掲載しますので、ご確認をお願いします。

・当日、悪天候による中止については、会場へ直接お問い合わせください。

【主 催】庄原市教育委員会

【後 援】庄原市スポーツ協会、庄原市少年少女スポーツ振興会、庄原市暴力追放協議会



令和4年12月20日 第198号
 庄原さくら SC 事務局
 電話(0824)72-6880 ファックス(0824)72-8001
 Eメール sportskyoukai@shobara.sakura.ne.jp
 庄原市教育委員会教育部
 生涯学習課生涯学習係
 電話(0824)73-1188 ファックス(0824)73-1254
 Eメール syogaigakusyu@city.shobara.lg.jp



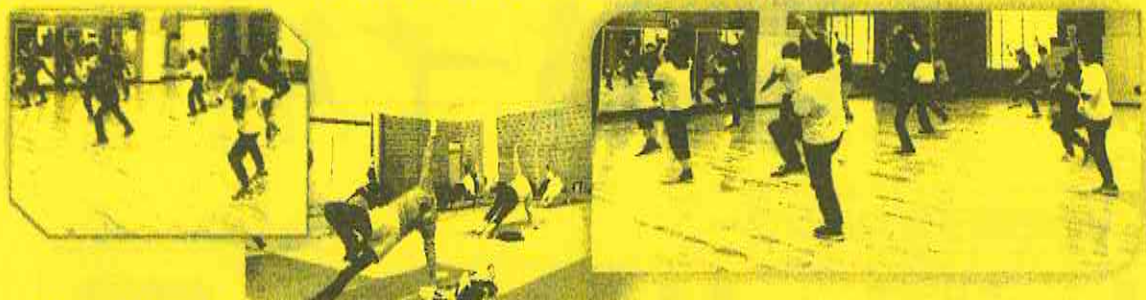
2022年を振り返って



庄原さくらスポーツクラブ 月曜日シェイプアップエクササイズ・土曜日エアロビクス・土曜日ヨガ担当の小原美恵子(こはら みえこ)です

2022年を振り返り、一番に思うのはやはりコロナ禍での活動でした。自粛により活動が減り、運動をしないためにフレイル(筋力低下)とストレスが重なり、身体を動かしたい皆様には不自由な日々だったかと思えます。現在も感染状況は相変わらずですが、少しずつ運動ができる環境が整ってきましたね。

今回土曜日のエアロビクス・パワーヨガに参加の皆さんから感想をいただきました。来年こそは運動を始めたいと思われている方、私たちと一緒に快適なメリハリのある日々を始めませんか？



～エアロビクス参加のKさん～

入会2年目です。ノリのいい音楽に合わせて、無理なく楽しくできるので週末のストレス発散にピッタリです！

～エアロビクス参加のSさん～

音楽に合わせている色々なステップをしています。最初は難しいかなあと思っていましたが、少しずつ練習するので、レッスンの最後にはひとつの流れが完成しています。上手くできなくても、先生の動きを見ながら体を動かしていると汗がたくさん出て、気分もスッキリします。ちょっと複雑な手の動きも頭の体操にもなります。汗をかくことの楽しさを教えてもらっています。毎週土曜日のエアロビクスの日が楽しみです。

～ヨガ参加のNさん～

柔軟性のないカタイ身体の私が、できる範囲でやって続けていると、少し変わっている気がします。

～ヨガ参加のMさん～

先生のアドバイスを日々意識しながら、生活するようになり、自分の身体と向き合うことができるようになりました。そして何より先生の優しい声に癒されています。まだまだ難しいポーズもありますが、少しずつできることに目を向けながら、筋肉痛に喜びを感じて続けていきたいと思えます。



2022年もカラダを動かせた健康な心と身体に感謝して

2023年も輝いていきましょう！





一年を振り返って



庄原さくらスポーツクラブ運営委員 堀江信之

今年度は、新型コロナウイルス感染症の感染防止対策を行いながら全種目計画通り実施することが出来ています。

ニュースポーツ出前教室も、たくさんの依頼があり、ユニカールやペタンクの体験をしていただき、楽しいひと時を過ごしてもらうことが出来ました。また毎年開催しているグラウンド・ゴルフ大会も楽しく開催することが出来ました。皆様のご支援とご協力に心より感謝申し上げます。

生活の中にスポーツを取り入れることにより「いい汗を流してストレスの発散ができた」「技術が高まった」「健康寿命を延ばしたい」「新しい出会いや交流が深まった」などの感想をお聞きしています。

初めての皆様も会場にお越しいただき、質問や感想をお寄せください。
豊かなスポーツライフに向けて、積極的なご参加をお待ちしています。



1月の活動予定カレンダー

庄原さくらスポーツクラブ

1月	アリーナ	武道場	保健福祉センター	多目的広場
2 月	体育館が閉館します。			
3 火	体育館が閉館します。			
4 水	体育館が閉館します。			
5 木	9:30~11:30 ラージ卓球村	10:00~11:30 喜劇体操		
6 金	13:30~15:30 ラージ卓球土			9:30~11:30 ペタンク
7 土		9:30~10:30 エアロビクス 10:30~11:30 ヨガ 13:30~15:30 エスキーテニス		
9 月	初回成人の日なので休館します			
11 水	9:30~11:30 ミニテニス(外)			
12 木	9:30~11:30 ラージ卓球村	10:00~11:30 喜劇体操		
13 金	9:30~11:30 ユニカール 13:30~15:30 ラージ卓球土			
14 土	他の大会のためアリーナが 使用できません	9:30~10:30 エアロビクス 10:30~11:30 ヨガ 13:30~15:30 エスキーテニス		
16 月	9:30~11:30 ミニテニス(月)	16:00~17:00 キッズ体操	16:00~17:00 シェイアップカササギ(白カ)	
18 水	9:30~11:30 ミニテニス(水)			
19 木	9:30~11:30 ラージ卓球村	10:00~11:30 喜劇体操		
20 金				9:30~11:30 ペタンク
21 土		9:30~10:30 エアロビクス 10:30~11:30 ヨガ 13:30~15:30 ラージ卓球土		
23 月	9:30~11:30 ミニテニス(月)	16:00~17:00 キッズ体操	16:00~17:00 シェイアップカササギ(白カ)※第二会議室	
25 水	9:30~11:30 ミニテニス(水)			
26 木	9:30~11:30 ラージ卓球村	10:00~11:30 喜劇体操		
27 金	9:30~11:30 ユニカール			
28 土		9:30~10:30 エアロビクス 10:30~11:30 ヨガ 13:30~15:30 ラージ卓球土		
30 月	9:30~11:30 ミニテニス(月)	16:00~17:00 キッズ体操	16:00~17:00 シェイアップカササギ(白カ)	

※新型コロナウイルスの感染拡大状況によっては、中止する場合があります。

総合体育館だより

URL <http://soutai.sakura.ne.jp/>

令和4年12月20日 発行

庄原市総合体育館
管理者 庄原市総合サービス(株)
TEL(0824)72-8000 / FAX(0824)72-8001
sakura-arch@guitar.ocn.ne.jp

庄原市教育委員会教育部
生涯学習課生涯学習係
TEL(0824)73-1188 / FAX(0824)73-1254
syogaigakusyuu@city.shobara.lg.jp

新年開始

スポーツ教室・講習会のご案内

2022年も残すところわずかとなりました。本年もたくさんの皆様にご利用いただき、心より感謝しております。来年も皆様に喜んで頂けるよう、安心・安全・快適な施設づくりに全力で努めて参ります。さて、新年からスポーツを始めようとお考えの方に、スポーツ教室・講習会のご案内です。

Cardio Exercise

カーディオエクササイズ

全身を使った有酸素運動で心肺機能の向上、筋力アップを目指します。

【実施日】 1/16, 23, 30 2/6, 13, 20, 27 3/6 (月曜日 全8回)
【時間】 19:30~20:30 【対象】 中学生以上
【参加費】 500円/1回 【定員】 15名
【準備物】 動きやすい服装、屋内用シューズ、タオル、飲み物、マスク
バスタオルまたはヨガマット



Combat Exercise

コンバットエクササイズ

パンチやキックなどの格闘技の要素を取り入れたエクササイズです。

【実施日】 1/21, 28 2/4, 11, 18, 25 (土曜日 全6回)
【時間】 19:00~20:00 【対象】 小学生以上
【参加費】 500円/1回 【定員】 20名
【準備物】 動きやすい服装、屋内用シューズ、タオル、飲み物、マスク



HipHop Dance

ヒップホップダンス

ストレッチからダンスの基礎、リズムトレーニングなど、初めての方でも丁寧にレッスンします。

【日 時】 ◎リトルKIDSクラス(17:00~17:45)・イージークラス(18:00~19:00)
2/2, 9, 16 3/2, 9, 16, 23, 30 (木曜日 全8回)
◎レギュラークラス(19:15~20:30)
2/2, 16 3/9, 23 (木曜日 全4回)
【参加費】 4,000円(全8回分 ※レギュラークラスは4回分)
【定員】 各クラス20名
【準備物】 動きやすい服装、屋内用シューズ、タオル、飲み物、マスク

3つのクラスを用意しています

リトルKIDSクラス 3才~6才対象の幼児向けクラス

イージークラス 6才~10才対象の小学生向けクラス

レギュラークラス 20才以上の大人向けクラス



2ndステージ

Body Make

ボディメイク実践講習会

1stステージからの発展編として、カウンセリングを基に、あなたに合ったトレーニングをご提案します。

【実施日】 1/14(土) 【時間】 15:30~17:00
【場所】 庄原市総合体育館 トレーニング室
【対象】 高校生以上 【定員】 3名
【参加費】 1,500円

Core Conditioning

コアコンディショニング教室

体の土台となる中心【コア】を整えるエクササイズです。

【実施日】 1/22(日) 【時間】 15:00~16:00
【場所】 庄原市総合体育館 第2会議室
【対象】 小学生以上 【定員】 8名
【参加費】 700円

教室・講習会のお申込みは、体育館窓口、電話、ホームページで受付けます。詳細はホームページでもご確認いただけます。



QRコードを読取るとホームページにつながります



お知らせ

庄原北公園と多目的広場の利用受付について

庄原北公園と多目的広場の【来年度使用分】の受付を1月5日(木)より開始します。

ご利用を計画されている方は総合体育館の受付にて事前申請をお願いします。

なお、今年度(令和5年3月31日まで)使用分は随時受付しております。

【対象施設】 庄原北公園(ゲートボール場など)、多目的広場

【対象期間】 令和5年4月1日～令和6年3月31日



【年末年始休館日】

令和4年12月29日(木)～令和5年1月4日(水)



令和5年1月行事予定 ※12/8現在

総合体育館(アリーナ)

5日(木)	17:30～	令和5年2月分総合体育館・テニスコート利用調整会議 ※スポーツ広場利用調整会議は17:40開始
8日(日)	8:30～13:00	令和5年庄原市消防出初式(庄原市消防団) ※雨天時のみ使用
	13:00～17:00	第26回広島県雪合戦大会審判講習会
14日(土)	8:30～17:00	バレーボール練習試合(西城バレーボールスポーツ少年団)

総合体育館(武道場)

8日(日)	8:30～15:30	柔道月次試合(北部地区柔道連盟庄原支部)
-------	------------	----------------------

総合体育館(トレーニング室)

10日(火)	18:00～20:00	トレーニングアドバイスの日
24日(火)		
16日(月)	18:00～20:00	フリーウェイトアドバイスの日
19日(木)	18:30～20:30	トレーニング器具使用講習会 ※三密対策として、一般のご利用は19:30までとなります。

◆◆わくわく土曜日無料開放◆◆

毎週土曜日 8:30～12:00

◀小中学生及び同伴保護者のアリーナ個人利用が無料です。▶

7日(土)・21日(土)・28日(土)	卓球・バスケット・バドミントンができます。 ※大会等により時間の短縮や実施できない場合があります。
---------------------	--

※大会等は日程の変更や中止となる場合があります。

※記載されている時間帯は準備・片付け等を含んだものです。実際の大会等の開始・終了時刻とは異なる場合があります。

感染症対策にご協力ください

- ①ご入館時のマスクの着用(運動時を除く)
- ②手指アルコール消毒、検温の実施
- ③受付や通路等でのソーシャルディスタンスの確保

マスク着用



検温



手指消毒



庄原市老連

広報

第40号

令和4年12月5日

発行

Shobara-Shijoren-Koho

庄原市西本町四丁目 5-26

庄原市老人クラブ連合会

☎ 050-5833-3994

第15回市老連グラウンド・ゴルフ大会



9月9日、第15回市老連グラウンド・ゴルフ大会が、新型コロナウイルス感染症対策を講じながら、国営備北丘陵公園において開催されました。市高齢者福祉課の野木課長様の激励を受け、各地区老連から選抜された28チームが白熱したゲームを展開する中、北地区老連選抜の庄原北Aが見事優勝され、県老連理事長杯への出場権を獲得されました。



選手宣誓：栃尾和孝選手（東）



第3位 東C



準優勝 西城B



優勝 庄原北A

第17回市老連ゲートボール大会



於：庄原北公園ゲートボール場

比和山チーム復活優勝

9月28日、市老連ゲートボール大会が開催されました。

昨年優勝チームの庄原GBクラブの横山孝子選手の選手宣誓に続いて、各地区老連から選抜されたチームが優勝を目指して白熱したゲームを展開し、接戦の末、2年連続優勝の庄原地区老連チームに代わり、4連覇の実績のある比和山チームが見事優勝され、県老連大会への切符を手に入れました。

- 優勝 比和山チーム
- 準優勝 庄原GBクラブチーム
- 第3位 庄原北チーム



伸ばそう！健康寿命

第1回市老連会長杯グラウンド・ゴルフ大会開催

今年度、新しく創設しました「庄原市老連会長杯グラウンド・ゴルフ大会」が、10月25日、国宮備北丘陵公園において開催されました。

ゲーム形式は、男女ペア又は女性ペアによるペア戦で、ペアの一つの玉を交互に打つルールで行われ、打順を間違えれば1打のペナルティを受けます。



選手宣誓：桂藤安夫選手（北）

市高齢者福祉課の野木課長様の激励をいただき、96ペア（192名）の接戦が始まりました。

今年は、第1回ということでも、何かと改正点があったかも知れませんが、皆さんのご意見を聞きながら次回に向けて、より楽しいものになりたいと考えています。



男女共同作業

- 優勝 船頭宏・ムツコペア（敷信）
- 準優勝 小林・田尾ペア（北）
- 第3位 岡田・盛川ペア（口和）



優勝の船頭 宏・ムツコ ペア

高齢者の交通安全対策と防犯対策

— 交通・生活安全本部会開催 —

9月29日、庄原市ふれあいセンターにおいて、交通・生活安全本部会開催が開催されました。

今回は、庄原警察署の蜂須賀交通総務係長さん



蜂須賀係長

に講師をお願いし、高齢者の交通安全対策と防犯対策について講演をいただきました。

最初に、交通安全対策につ

いては、高齢者事故の特徴、高齡運転対策、交通事故と責任などについて説明を受け、特に75歳以上の運転者については、法律改正がなされたことから十分に気をつけるようお話がありました。

続いての防犯対策については、詐欺手口の特徴や具体的事例についての話をいただき、大変参考になりました。

各単老においてもこうした研修を行い、被害防止に役立てましょう。



G・Gでコロナ禍自粛のうつぶん晴らす

— 女性委員会 川崎弘子委員長 —

7月16日、第1回女性委員会を神石のスコラ高原で開催いたしました。

午前中屋内コートで、コロナ禍自粛のうつぶんを晴らす如くグラウンド・ゴルフで楽しく交流を図りました。

昼食を摂り午後からは、第八期介護事業と特殊詐欺についてみんなで研修を行いました。

研修終了後、情報交換として、参加者全員

に意見や感想をのべていただき、ますと、理事会等ではなかなか心を開いて話すことが出来ないけれど、女性委員会では、みんなでスポーツを行うなど、和気あいあいと交流をすることができ、研修も大変参考になり意義深かったという声が多数ありました。

今後も、皆さんのご意見を聞きながら有意義な内容のある委員会を開催したいと思います。



広島県老人クラブ大会開催

10月7日、広島県医師会館において、令和4年度広島県老人クラブ大会が開催されました。

今年もコロナ禍であることから、市町老連からの参加人数が制約され、本会からは、森木会長、児島副会長、清水事務局長の3名が参加しました。

最初に広島県老人クラブ理事長表彰があり、庄原市老連からは、西城地区老連の福田 悟 高尾白寿会会長が育成指導功勞表彰の栄誉に輝かれました。

誠におめでとうございます。

続いて、木村眼科内科病院総院長による「知らない損する？最新白内障治療の表と裏の話」と題しての講演があり、その後、令和4年度大会宣言が採択され、無事大会が終了しました。



育成指導功勞賞（敬称略）



高尾白寿会会長

福田 悟



短歌・俳句・川柳紹介コーナー

今回は、東地区老連の研修会『木次線―芸備線の旅』において、備後落合駅での待ち合わせ時間中、会員の皆さんが詠まれた詩を紹介します。

俳句

古希迎え長寿の友と初夏の旅

井上 寿美

梅雨明けの温泉ツアーにローカル線

佐藤 章

旅行けば青田広がる芸備線

原田 寛夫

深緑の玉峰山へ汽車の旅

城田 栄子

かそはしるつゆのはれまのカープ号

原田 洋子

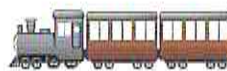
新緑の山里巡る芸備線

山口 晏章

芸備線車窓から見ゆる鮎の竿

児島 茂春

川柳



芸備線走るデゴイチ思い出す

稲垣トシエ

汽車ありし名残り寂しき山の駅

佐藤 陽造

芸備線車窓の景色パッチグー

青木 健壮

待ち時間ソバ食べたのがなつかしい

高木 正道

編集後記

師走の時期となり、3年目のコロナ禍生活も第7波の収束が見通せない中で、第8波に突入する可能性が懸念されています。

市老連の新規事業では、10月に第1回市老連会長杯グラウンド・ゴルフ大会を開催し、皆さんに楽しんでいただきました。また、市からの委託事業である「高齢者防災研修事業」が終了し、今年度より向こう3年間で「高齢者の日常生活安全研修事業」を各地区老連において順次実施していくこととなりました。

私たちは、高齢化が進む中であって、友愛訪問、地域での見守り、支え合い活動等により一層絆を強固に推進して行かなければなりません。今年も残り僅かとなりましたが、今年一年間、会員の皆様の活動に敬意を表し、皆様方にとって、くる年が最良の年であることを願っております。



庄原市老人クラブ連合会事務局

庄原市西本町四丁目5-26

庄原市ふれあいセンター内

☎ 050-5833-3994

☎ 080-8985-2569

✉ shou.rouren09@gmail.com

庄原市役所生活福祉部

高齢者福祉課高齢者福祉係

☎ 0824-73-1143

Fax 0824-75-0245

✉ kourei-koureisya@city.shobara.lg.jp