

令和 5 年 6 月 20 日

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	備考	担当
1	市営住宅（公営住宅）入居者募集について	回覧	環境建設部 都市整備課
2	住宅リフォーム支援事業	回覧	
3	みんなつながる地域交流会 講演会	回覧	企画振興部 自治定住課
4	令和 5 年度比婆いざなみ街道沿線活性化事業 補助金のご案内	回覧	企画振興部 いちばんづくり課
5	令和 5 年度・後期 手話入門講座のご案内	回覧	生活福祉部 社会福祉課
6	令和 5 年度 要約筆記入門講座のご案内	回覧	
7	ふろむぎすいむ	回覧	教育部 西城教育室
8	庄原市上野総合公園だより	回覧	環境建設部 都市整備課
9	国営備北丘陵公園だより	回覧	企画振興部 商工観光課
10	しょうばら脱炭素地域推進ニュース	回覧	環境建設部 環境政策課
11	「NEW 庄原市民会館だより」創刊号の 掲載記事の訂正について	回覧	教育部 生涯学習課
12	第 33 回庄原市スポーツフェスティバルの案内と 参加者募集について	回覧	
13	庄原さくらスポーツだより	回覧	
14	総合体育館だより	回覧	
15	ユネスコ無形文化遺産・国指定重要無形文化財 「組踊」特別鑑賞会	回覧	
16	6 月 よちよち通信	回覧	比和支所 地域振興室

17	比和小学校 7 月行事予定表	回覧	比和小学校
18	比和中学校だより「吾妻山」	回覧	比和中学校
19	令和 5 年度高齢者筋力トレーニング事業のご案内	各戸	比和支所 地域振興室
20	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	比和支所 地域振興室
21	地域マネージャーだより	各戸	比和自治振興区
22	ブナの森通信	各戸	比和自治振興区
23	バグゴーを楽しむ会 参加者募集	各戸	比和自治振興区
24	広報ひわだより	各戸	比和駐在所

※その他枚数不足等お気づきの場合は、比和支所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

6月 よちよち通信

今年度は、久しぶりに3町合同で行事が出来るようになりました。親子で楽しめることを一緒に体験しながら、交流を深めましょう。

7月の予定

なかよしサロン(比和)

日 時: 7月 14日(金) 10:00~12:00
場 所: 比和温泉施設 あけぼの荘
持 参 物: 水分補給できるもの
参 加 費: 無料
参加申込: 比和支所 (0824-85-3001)
参加締切: 7月7日(金)

☆『子育てママの時短ビューティーコース』
何かと忙しいママのために美容部員をお招きして、
ビューティーセミナーを行います。

子育て支援センターにはたくさんの絵本を揃えています。お子さんと一緒に時間を楽しんでみて下さい。
貸出も行っています。

【口和子育て支援センターの絵本の紹介】

- ☆かむにんじゃ
- ☆マスクをとったら
- ☆こんぶのぶーさん
- ☆おすしがふくをかいにきた
- ☆トイレにいこうね



※ご利用の際には、検温、手洗、消毒をお願いします。体調不良の場合は利用を控えましょう。

令和5年6月20日

発行: 口和子育て支援センター(口和老人福祉センター内)
庄原市口和町永田 415-4 TEL0824-89-7070

一般社団法人里山こども未来会議
庄原市西本町 2-8-11 TEL0824-74-6636

口和支所地域振興室市民生活係
庄原市口和町向泉 942 TEL0824-87-2112

【開設日・時間】

- 口和子育て支援センター●
月曜日、水曜日、木曜日(祝日を除く)
- 比和子育て支援センター●
金曜日(祝日を除く)
- 高野子育て支援センター●
火曜日(祝日を除く)

いずれも 9:00~12:00 13:00~15:00

すくすく子育て広場(高野)

日 時: 7月 4日(火) 10:00~12:00
場 所: カフェ風の里(現地集合)
持 参 物: 子どもさんの着替え、オムツ、
水分補給できるもの
参 加 費: 実費負担(1,200円)
参加申込: 高野支所 (0824-86-2115)
参加締切: 6月28日(水)

☆『ブルーベリー狩り』
ブルーベリー狩りをしながら、採りたてを
頂きましょう。

子育て広場(口和)

日 時: 7月 27日(木) 10:00~12:00
場 所: 光善寺(口和町永田599番地)
※現地集合
持 参 物: 水分補給できるもの

☆『お寺散策に行こう』
口和の光善寺に行きます。
お寺の見学、周辺の散策をしましょう。



比和小行事だより

7月行事予定

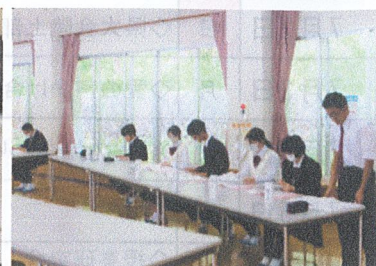
庄原市立比和小学校発行
令和5年6月15日(木)

日	曜	行事	開始時刻	終了時刻
1	土			
2	日			
3	月	委員会(6校時)	15:10	15:15
4	火		15:10	15:15
5	水	本物の舞台芸術体験(5・6年)	15:10	15:15
6	木		15:10	15:15
7	金		15:10	15:15
8	土			
9	日			
10	月	クラブ(6校時)	14:40	14:45
11	火		14:40	14:45
12	水	愛の声かけあい運動	15:10	15:15
13	木	集金日	14:40	14:45
14	金	庄原市PTA連合会比和支部親善球技大会	14:20	14:25
15	土			
16	日			
17	月	海の日		
18	火		15:10	15:15
19	水		15:10	15:15
20	木		14:40	14:45
21	金	学期末個人懇談(午後)	13:15	13:20
22	土			
23	日			
24	月		14:20	14:25
25	火		14:20	14:25
26	水		14:20	14:25
27	木	終業式	13:15	13:20
28	金	庄原市少年少女水泳記録会(5・6年 希望者)		
29	土			
30	日			
31	月			

※ 都合により、予定を変更することがあります。ご了承ください。

生徒総会

5月18日(木)の6時間目、生徒総会を行いました。今年の生徒会スローガンは「桜梅桃李」～自分を愛し、皆を大切にすることになりました。「相手を認め、受け入れ合いながら、自分らしく、自分にできることを最後まで一生懸命取り組んでいこう」という意味がこのスローガンに込められています。



チャレンジタイム 5/18、6/8

本校では、全校一斉縦割り班での協働学習である「チャレンジタイム」を行っています。これは「生徒の主体的学びのベースづくりの機会とする」「言語活動を通して、話し合いスキルの向上や、リーダー育成、表現力やコミュニケーション力の向上をめざす」等を目的としています。5月18日(木)にはエンカウンターによる仲間づくりを、6月8日(木)には合唱や牛供養田植についての学習を行いました。



1年生・森林学習

6月5日(月)、14日(水)、1年生が森林学習を行いました。地域の人々や自然とふれあい、比和財産区について学んだり、フィールドワークを通してクロモジの特徴を理解したり、森林の役割についても考えました。



2年生・農業体験学習

5月23日(火)～25日(木)の3日間、松本定昭様の協力を得て、農業体験学習を行いました。生徒は学校生活ではなかなか得られない貴重な体験をしました。働くことの大変さと、農業の楽しさを感じることでできる学習となりました。



授業参観・3年 PTC 行事・学級懇談会

6月1日(木)に、授業参観、学級懇談を行いました。また、3年生はPTC行事を行いました。平日にもかかわらず、多くの保護者の皆さんに参加していただきました。ありがとうございました。



牛供養田植

コロナ禍でしばらく中断していた、地域の伝統芸能である「牛供養田植」の練習を再開しました。6月14日(水)の第1回目の練習では5名の指導者に来ていただきました。10月22日(日)のやまびこ祭りで披露します。



クリーン活動・プール掃除

6月9日(金)、小中合同クリーン活動を行いました。縦割り班で6つに分かれて清掃活動を行いました。中学生は小学生をリードし、交通安全にも気を配りながら、立派な先輩の姿を見せてくれました。また、当日の朝、ごみを集めながら登校する生徒もあり、意識の高さがうかがえました。16名の保護者の方にも参加をしていただきました。誠にありがとうございました。

翌週12日(月)には、小中合同でプール掃除を行いました。中学生は小学生とコミュニケーションを積極的にとろうとしたり、何をすればよいかを自分で考えたりと、小学生と合同で活動することによって、より成長した姿を見せてくれました。



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	土	◇県大会陸上部出場	
7月2日	日	◇県大会陸上部出場	
7月3日	月	◇愛の声かけ合い運動	5時便
7月4日	火	※たなばたまつり	5時便
7月5日	水		5時便
7月6日	木	◇授業研究会 ◇チャレンジタイム	4時便
7月7日	金		5時便
7月8日	土		
7月9日	日		
7月10日	月	◇いのちの学習①(3年)	5時便
7月11日	火		5時便
7月12日	水	◇いのちの学習②(3年)	5時便
7月13日	木	◇チャレンジタイム ◇スクールカウンセラー来校日	4時便
7月14日	金	◇学校朝会 ◇PTA小中親善球技大会	5時便
7月15日	土		
7月16日	日		
7月17日	月	「海の日」	
7月18日	火	◇愛の声かけ合い運動 ◇スクールカウンセラー来校日	5時便
7月19日	水	◇教科面談 ◇救急救命講習会(2年)	5時便
7月20日	木	◇生徒会委員会	4時便
7月21日	金	◇期末懇談会(終日) ◇PTA役員会	5時便
7月22日	土		
7月23日	日		
7月24日	月	◇社会見学(JICA)	4時便
7月25日	火		5時便
7月26日	水	◇終業式 ◇大掃除	11時便
7月27日	木	◇夏季休業開始	
7月28日	金	◇1年生PTC行事	
7月29日	土		
7月30日	日		
7月31日	月		

毎週木曜日は、部活休養日となり、4時便下校となります。

【7月1日(土)、2日(日)】
陸上部の県大会があります。本校からは、加藤さん、周藤さん、杠くんが出場します。

【7月3日(月)、18日(火)】
愛の声かけ合い運動があります。担当者には2日前に、たすき等を、生徒を通じてお渡しします。ご協力をお願いします。

【7月4日(火)】
たなばたまつりがあります。今年度も全校合唱を披露します。中学校の出演は10時45分からの予定です。

【7月10日(月)、12日(水)】
助産師・保健師等をお招きして、「いのちの学習」を行います。

【7月13日(木)、18日(火)】
スクールカウンセラー来校日です。相談等をご希望の場合は、担当の中井養護教諭までご連絡ください(85-2110)。

【7月14日(金)】
PTA小中親善球技大会を18時30分から、中学校の体育館で行います。二次案内が後日配付されますので、ご確認ください。

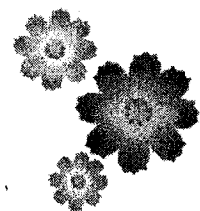
【7月19日(水)】
・教科面談があります。
・2年生を対象として救急救命講習会を行います。

【7月21日(金)】
三者懇談会を行います。先週末に案内を配付しております。6月23日(金)までに「日時希望調査表」をご提出ください。

【7月24日(月)】
東広島にあるJICAへ、全校生徒で社会見学に行きます。
※年度当初の予定では7/7でしたが、都合により7/24へ変更しております。

【7月26日(水)】
1学期の終業式を行います。生徒は午前中に下校します。

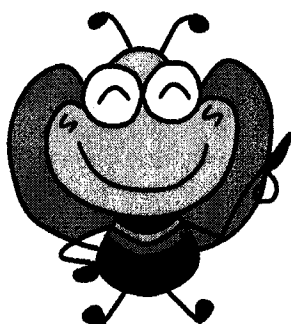
令和5年度 高齢者筋力トレーニング事業



(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も、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や交流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と身体が動き、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) 65 歳以上の方で、他のパワーリハビリへ参加されていない方

詳しい内容は裏

実施日時

回	日にち	回	日にち	回	日にち
1	9月13日(水)	10	10月13日(金)	19	11月17日(金)
2	9月15日(金)	11	10月18日(水)	20	11月22日(水)
3	9月20日(水)	12	10月20日(金)	21	11月24日(金)
4	9月22日(金)	13	10月25日(水)	22	11月29日(水)
5	9月27日(水)	14	10月27日(金)	23	12月 1日(金)
6	9月29日(金)	15	11月 1日(水)	24	12月 6日(水)
7	10月 4日(水)	16	11月 8日(水)	25	12月 8日(金)
8	10月 6日(金)	17	11月10日(金)		
9	10月11日(水)	18	11月15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

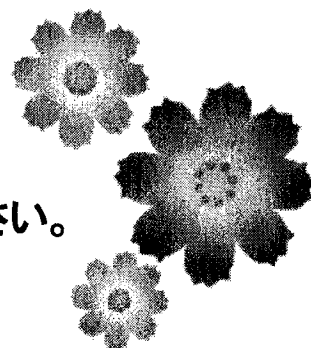
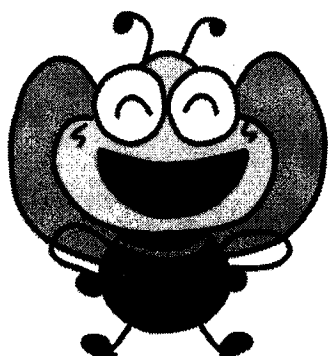
★9月13日(水)、10月25日(水)、12月6日(水)は、理学療法士(愛生苑)による指導があります。

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5年7月21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。

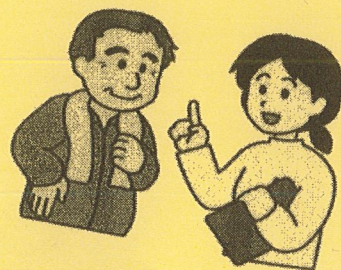
パワーリハビリテーションやボランティア活動に関心がある方は、ぜひご参加ください。内容は参加される方が、正しく、効率よくマシンを使ってトレーニングができているか、声掛けや確認を行って頂きます。

なお、次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28日（金）までにお申し込みください。

＜研修日程＞ 9月13日（水）

午前9時30分～11時30分



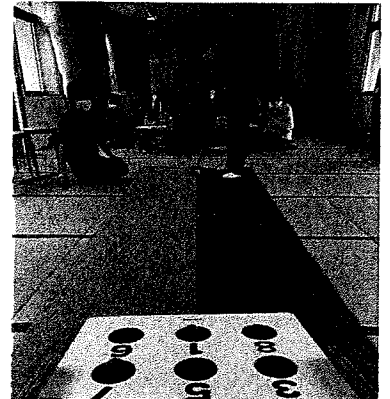
＜研修場所＞ 比和自治振興センター 1階 機能訓練室



（申込み・問合わせ先）
庄原市比和支所 地域振興室
電話： 85-3001

人生元気塾 (7か所)

はじめに、シルバーリハビリ体操で体を動かします。
寝転がって出来るリハビリ体操やイスがある集会所は座って出来るシルバーリハビリ体操を教わりました!



その後、少し休憩してからビンゴボードを行い
たくさん笑わせてもらいました♪

前回の脳トレの答えを載せていきますね♪

・なぜ「ばいう(つゆ)」を「梅雨」と書くようになったのでしょうか?

②梅雨の4種藪時期だから

※「ばいう」は奈良時代に中国から伝わってきた言葉であり「微雨(カビをもたらす雨という意味)」と表記していましたが、「カビ」という表現がよくないことから6月頃に収穫を迎える梅(うめ)は「ばい」と読むことから日本では「梅雨(ばいう)」と表記するようになりました。

・アジサイはある条件によって青系統の花が咲くか、赤系統の花が咲くかが決まります。その条件とはなんなのでしょうか?

①土の酸度

※酸性の土だと青系統の花、中性～アルカリ性だと赤系統の花になる。
日本の土壌にはアルミニウムの成分が、豊富に含まれておりアジサイが本来持っている色素は赤系統であり、それがアルミニウムと結合すると青系統の花が咲くそうです。

・漢字問題の答え

倉鼠(ハムスター) 虫復(マムシ) 膾炙膾炙(オトセイ) でした。

—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

第270号 令和5年6月20日発行



HIWAMOGURA

比和ゆめ街道 2023 吾妻山山開き

6月4日(日)、吾妻山山開きを開催しました。元休暇村吾妻山ロッジ前では米すくいや山野ごはんプレゼント、ヤマメ、たこ焼きの販売等が行われました。比和自然科学博物館による草花ウォッチングは参加者約20名でアカモノ、ウマノアシガタ、コナズビなど初夏の草花を2組に分かれて観察しました。

夏山登山の安全祈願は荒木宮司が行い、関係者が玉串奉納しました。比婆斎庭神楽の奉納神楽は「荒神(こうじん)」、天照大神と素戔嗚尊の2人舞で剣玉の誓いの神話をもとに、五穀豊穡 農業家畜の守護神としての舞を披露してもらいました。



令和4年度「夢街道ルネサンス」 認定証授与式

6月4日(日)、かさべるで 庄原市比和町の『水源霊域・比和ゆめ街道～鉄がつかない出雲への道・牛市で栄えた宿場町「比和」』が新規認定され認定授与式が行われました。

歴史や文化を今に伝える中国地方の街道を「夢街道ルネサンス認定地区」として認定していて 比和は51番目に認定されました。



比和まるごと家族「たなばたまつり」

7月4日(火)10時～12時

バザーで「青空」のお菓子、「かわせみ」のパンなど販売します。詳細はチラシをご覧ください。

比和分館図書館だより

今年度1回目の新刊を購入しました。一部を紹介します。

【一般】

- | | |
|-----------|-------|
| ・チングス紀 16 | 北方謙三 |
| ・くもをさがす | 西加奈子 |
| ・ぼんぼん彩句 | 宮部みゆき |

【児童】

- ・ふしぎ駄菓子屋銭天堂 19
 - ・ねがおうちにやってきた!
 - ・絵でわかるはじめてのプログラミング
- お問い合わせは比和自治振興センター
平日9時から17時まで電話 85-2600

庄原の古民家でワクワク宿泊体験！ Memory みつけよう！伝えよう！

6月10、11日の両日、庄原市内の小学生20名が三河内の長者屋で宿泊体験を行いました。

1日目は三河内の棚田テラスへ、比和自治振興センターでクロモジオイル、クロモジ石鹸づくり、夜は白根りんご農園でほたる鑑賞等を行いました。2日目は体験したことを子どもたち自身が動画に編集し、発表会が開かれました。



もり まなびや 森林の学舎・比和で 比和中1年生が学習

6月14日(水)、古頃にある森林の学舎比和で比和中学校1年生5名がクロモジ抽出とクロモジ石鹸作りを体験しました。クロモジは中学生が山に採りにいったものを使用しました。



今月の地域マネージャーの活動

- ・あけぼの荘利活用でほのぼのカフェをしました。
- ・ゆめカフェに行き見守り活動をしました。
- ・JAの人生元気塾に参加しました。
- ・子育てプロジェクト会議に行きました。
- ・元気づくりセミナー、きずな会に参加予定です。
(垣内地域マネージャー)
- ・就労支援事業であけぼの荘・お試しオフィスの清掃を支援しました。
- ・6月9日にしょうばら九日市に「てしごと比和」として出店しました。
- ・庄原市内の小学生や、比和中の生徒とクロモジウォーターの抽出やせっけん作り体験をしました。
- ・シャクヤクサロンを6月20日に予定しています。
(荒木地域マネージャー)

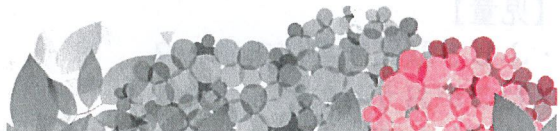
6月～7月の行事予定

(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6月22・29日(木)、7月6・13・20日(木)です。
- ☆子ども書道教室は7月13日(木)です。

6/21(水)新型コロナウイルスワクチン接種
6/23(金)生活習慣病健康検査
6/24(土)やまぼうしの会
6/28(水)元気づくりセミナー
6/28(水)つきいちヨガ
6/28(水)博物館インストラクター会議
6/29(木)3B体操



7/1・8・15・22・29(木)やまぼうしの会
7/3(月)ソバ組合総会

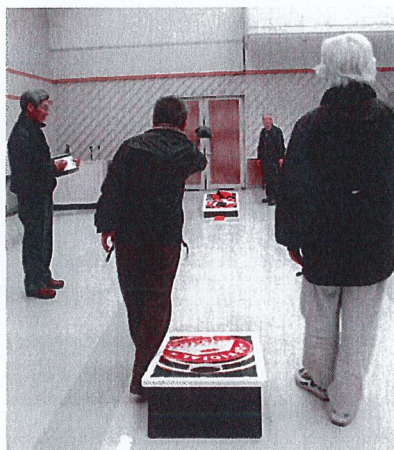
7/4(火)たなばたまつり
7/4・18(火)大人の書道教室
7/6・13・20・27(木)3B体操
7/6(木)幸友会(大正琴)
7/7(金)定例民協
7/7(金)絵手紙の会
7/7(金)バグーを楽しむ会
7/11(火)比和ノルディックウォーキングの会
7/11(火)NOSAI
7/11(火)あんしんづくり会議/R・R・HIWA
7/11(火)青少年育成庄原市民会議比和支部
7/20(木)介護予防講座
7/26(水)元気づくりセミナー
7/26(水)つきいちヨガ

バグーを楽しむ会

参加者募集！

バグーは離れて設置したプラスチックボードをめがけてビーンバッグを投げる、的入れゲームです。初心者でもすぐに取り組み、年齢や性別に関係なく、誰でも簡単に楽しめる軽スポーツです。バグーの道具は持ち運びができるので、サロン等でやったことある方もいらっしゃると思います。

参加者にはなみかカードに20ポイントの付与と参加賞も用意しています。七夕の夜に、みんなで和気あいあいと楽しくバグーを楽しみましょう。



平成28年、今から7年前の
バグーしている様子です

日時：7月7日(金) 19:00～20:30

場所：比和自治振興センター 大会議室

参加費：無料

事前申し込み：不要 お気軽にお誘いあわせて来て下さい

※参加者にはなみかカードに20ポイント付与しますので、なみかカード
をお持ちください。

比和自治振興区 生涯学習部

広島県人は、放つとけん人。「地域の子どもは、放つとけん人！」「暗い夜道は、放つとけん人！」

広 報

ひ
わ
だ
よ
り

発 行
庄 原 警 察 署
比 和 駐 在 所
西 野 範 之
8 5 - 2 2 2 0

各種 SNS の広島県警察【公式アカウント】を見てね！

広島県警では各種 SNS やってます！

Instagram、Twitter、Facebook のほか、YouTube もやってます！

県警から発出される各種最新情報だけでなく、自主的な防犯を紹介した動画や交通安全に関する動画も公開中です。

公式アカウントのフォローやチャンネル登録、いいね！等よろしくお願ひします！
～みんなで繋ぐ防犯意識～

県警公式
SNS
にて
情報発信中！！



Instagram	Twitter	Facebook	YouTube
			
hp_maplekn	@HP_maplekn	@HP_maplekn	公式チャンネル

▲二次元コードをスマートフォン等で読み取ってください

固定電話の対策を

特殊詐欺被害の約 6 割が自宅の固定電話にかかってきているというデータがあります。

詐欺被害を防止するためにも、自宅固定電話の対策が有効です。

- ナンバーディスプレイや非通知着信拒否の活用
- 留守番電話設定
常に設定しておき、直ぐに出ない
- 防犯機能付き電話の利用
着信音が鳴る前に相手に警告を発する機能等

等、是非検討してみてください！

電話でお金の話は詐欺！

庄原警察署管内で「医療費の還付金」名目の特殊詐欺被害が発生！

犯人は、市役所職員や金融機関を名乗って電話をかけてきました。

「介護の返還金がある」

「ATMに行ってもらふ必要がある」

「キャッシュコーナーで手続きしてほしい」などと言葉巧みに誘導してきます。

ATMで還付金の受け取り手続きは絶対にありません。ひとりで判断せず警察、家族、周りの人に相談しましょう。

管内の事件・事故発生状況

区分		4 月末現在	前年同期比
事 件	刑 窃盗犯	1 2 件	+ 6 件
	法 その他	1 6 件	+ 5 件
	犯 合計	2 8 件	+ 1 1 件
	特殊詐欺	2 件 1 2 4 万円	+ 2 件 + 1 2 4 万円
事 故	人 身 件数	7 件	+ 3 件
	死 者	0 人	± 0 人
	負 傷 者	9 人	+ 5 人
	物 損 事故	2 1 6 件	- 4 9 件

※数値は令和 5 年 4 月末時点の暫定値

広島県警察安全安心アプリ
「オトモポリス」を
ぜひダウンロードしてください。

スマホであなたに“オトモ”する
広島県警察安全安心アプリ

オトモポリス

オトモポリスなら県警公式 SNS がすべて 1 つに！
さらに防犯機能も充実！！

今すぐ!!
ダウンロード!!

音楽隊動画も
アプリから!

オトモポリス

App Store Google Play



犯罪情報官 速報

NTT西日本 サギ電話対策！ ナンバー・ディスプレイ契約 無料化



詐欺の被害のほとんどが自宅の固定電話にかかってきます。知らない番号や番号非通知の電話に出ないことが被害防止の基本です！

【NTT西日本の取組】

令和5年5月1日から、70歳以上の方及びその同居の契約者を対象に、



ナンバー・ディスプレイ 初期工事費及び月額料金無料化

※相手の電話番号が、電話に出る前に電話機のディスプレイに表示されるサービス



ナンバー・リクエスト 初期工事費及び月額料金無料化

※電話番号を通知しないでかけてきた相手に、電話番号を通知してかけ直すよう音声メッセージで応答するサービス

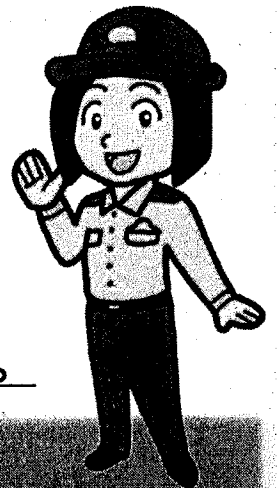
また、この2つを申し込むと、



番号非通知着信拒否

も可能となります。

これらのサービスは申し込みが必要です。



【お問い合わせ・お申込み】

NTT西日本特殊詐欺対策ダイヤル：0120-931-965

営業時間：午前9時～午後5時（年末年始12/29～1/3を除く）

自分で自分の身体を整える

セルフ コンディショニング

「最近、つまずきやすくなった・・・」「体力が落ちて外出がしんどい」「なんだか動きづらい」など、年齢を重ねることで身体の不調を感じていませんか？

自分で身体を整える運動やストレッチ、テニスボールを使ったマッサージを習ってみましょう。頭と体を使いながら楽しく運動をしましょう！

▶日 時 令和 5 年 7 月 20 日(木)

10:00～12:00

▶講 師 介護予防運動指導員

矢吹 祐次 氏

▶場 所 比和自治振興センター

▶持 参 飲み物・タオル

※動きやすい服装でお越しください。



▶参加していただける方 庄原市に在住の 65 歳以上の方

▶お申込み 庄原市社会福祉協議会 比和地域センター

☎ 85-2300

▶申込み締切り 7月13日(木)まで

【お問い合わせ先】 庄原市社会福祉協議会 比和地域センター

☎ 85 -2300 (担当:佐々木)

