

令和7年1月20日の行政文書一覧表

★ 回覧文書

表 題	備 考	担 当
庄原市長選挙・庄原市議会議員一般選挙のお知らせ	表面①	選挙管理委員会事務局
しょうばら脱炭素地域推進ニュース	裏面①	環境建設部 環境政策課
市営住宅(公営住宅)入居者募集	両面	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	両面	
平成30年から令和5年までに発生した災害の復旧状況 No.37	両面	環境建設部 建設課
庄原市上野総合公園だより	両面	上野総合公園
国営備北丘陵公園イベントのご案内	両面	企画振興部 商工観光課
第3期庄原市長期総合計画の策定に向けた中高生アンケート調査を実施します	両面	企画振興部 企画課
特定外来生物アライグマ・ヌートリアの被害でお困りの方へ ～令和6年度防除従事者養成講習会を開催します～	表面②	企画振興部 林業振興課
令和6年度県立広島大学市民公開講座(後期)受講者募集	裏面②	教育部 生涯学習課
庄原さくらスポーツクラブだより	両面	
総合体育館だより	両面	
これって虐待？ひとりで抱えこまず、まずは相談を ～高齢者に関する相談窓口の設置について～	両面	生活福祉部 高齢者福祉課
庄原シルバー 会報 新春号	A4冊子	
集まり場の世話人交流会の開催について	片面	社会福祉協議会
たかの雪フェスティバル開催について	片面	高野地域自治振興区連絡協議会教育部
きらく食堂開催について	両面	下高自治振興区
高野中学校だより第21号	両面	高野中学校
たかの遊☆学☆隊つうしん 1月号	両面	高野支所 地域振興室
1月よちよち通信	表面③	
高野保育所だより	裏面③	高野保育所

※各戸配布一覧は裏面にあります

★ 各戸配布(配布物は順不同)

表 題	備 考	担 当
庄原血管いきいきプロジェクト	片面	高野支所 地域振興室
高野地域自治振興区連絡協議会だより1月号	両面	高野地域自治振興区連絡協議会
夢まちだより1月号	A3両面	上高自治振興区
「最期まで口から食べるために」出前講座	片面	
手作りこんにやくを作ろう	片面	
なんずかんず下高1月号	A3両面	下高自治振興区
きらく食堂開催について ※下高地域のみ配布	片面	
社協だより1月号 元気かわら版	冊子	社会福祉協議会
こぼっそり通信	A3両面	
道の駅たかの～地域サポーター通信～Vol.260	両面	道の駅たかの

〒727-0402

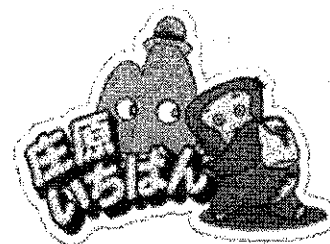
庄原市高野町新市1171番地1

庄原市役所 高野支所 地域振興室

電話番号 (0824) 86-2111 (直通)

FAX番号 (0824) 86-2062

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



集まり場の

参加者
募集

世話人交流会

～いっぺんみなで寄って語ろうデー～

サロンやデイホームなど、地域の通いの場で活躍されている
世話人さん等を対象に、集まり場継続のための交流会を行います。

日時

令和7年**2月12日**(水) 10:00～12:00

会場

上高自治振興センター

内容

① 「寸劇」～認知症になってもここで暮らしたい～

★みんなで一緒に考えてみよう(^_^)

庄原市高野圏域地域ケア会議メンバー

② 気になるレクリエーショングッズ

★今、人気のレクリエーショングッズを紹介します♪

対象者

サロンやデイホーム、地域の集まり場の世話人さんやこれから集まり場を
始めたい方など

参加費

100円（お茶代として）

申込み

2月7日（金）までにお申し込みください。

出前講座

★同日午後 13:15～ 上高自治振興区主催の生涯学習
「最期まで口から食べるために」 愛生苑 歯科衛生士 年盛満恵さん
ぜひ、続けてご参加ください。

★お昼のお弁当注文を受け付けます。申し込みの際にお知らせください



【お問合わせ、申し込み先】市社協高野地域センター

電話 86-3044（担当 三川）



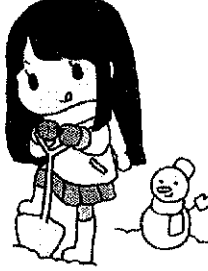
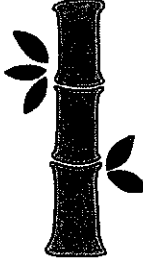
たかの雪フェスティバル

高野町民リフト・レンタル無料

高野の冬は外遊びが楽しい

2025年 **2月11日** (祝) りんご今日話国スキー場

9:00 受付開始 15:00 終了

<p>スキー教室</p> <p>10:00～ 11:30</p>  <p>受講無料 はじめてスキーする人も安心 高野スキークラブメンバーが 丁寧に教えます ※9:30 までに受付</p>	<p>雪上宝探し</p> <p>14:30～</p>  <p>参加無料 雪の中に隠されたお宝を 掘り出せ！ 豪華なお宝があるかも… ※自由参加</p>
<p>チューブカーリング</p> <p>13:30～</p>  <p>参加無料 タイヤチューブに乗って 的めがけて滑り降りよう 優勝者には豪華賞品 ※12:30 までに受付</p>	<p>モービル体験</p> <p>13:30～</p>  <p>体験無料 銀世界をクルージング ※12:30 までに受付</p>
<p>竹スキー体験</p> <p>10:00～ 12:00</p>  <p>体験無料 オリジナルのスキーを作っ て滑ってみよう 地元自治振興区が協力 ※9:30 までに受付</p>	<p>■主催：高野スキークラブ ■共催：高野地域自治振興区 連絡協議会 教育部 高野ジュニアスキークラブ ■協力：りんご今日話国スキー場 株式会社 NOSON ■お問い合わせ先 090-1184-7973 (井上) 0824-86-2679 (連絡事務局：下高自治振興区)</p>

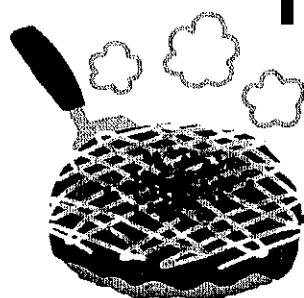
積雪の状況等によっては、フェスティバルの内容を変更または中止する場合があります

気分上々・楽々・工夫

きらく食堂



下高の集まり場へ おいで下さい



下高自治振興センターで“昼食会、健康の話、楽しいレク”をする集まりに来てみませんか？

車に乗れない人でも大丈夫！地域を走る『おでかけおぜん』（きらく食堂が往復運賃を負担するので無料）に乗って、自宅から下高まで行きかえりできます！

是非、お気軽にご参加ください！

対象 下高地域にお住まいの65歳以上の方

参加費 100円（お茶代。昼食代は不要）

場所 下高自治振興センター



開催日は

裏面をご覧ください

主催 下高自治振興区

申込み先

86-2679

（下高自治振興センター）

きらく食堂の日

お一人でも、
お誘いあわせでも

対象	日にち		時間
下高地域 にお住まい の方	2/19 (水)	3/12 (水)	10:00 ~ 14:30

「おでかけおぜん」で

自宅から下高自治振興センター往復送迎します。

(きらく食堂が往復運賃を負担します)

- ◇ 行き 9:00頃 自宅→下高センターへ
- ◇ 帰り 14:45 下高センター→自宅へ

【配達します】 昼食に『お好み焼き』を作ります。
きらく食堂に来れないけれど、お好み焼きが欲しい方
は自宅へ配達します。料金は1枚500円です。
(基本65歳以上が対象 高野全域に配達できます)

ご参加または配達をご希望の方は
下高自治振興センターまでお電話ください。

【きらく食堂について】調理参加も募集中！

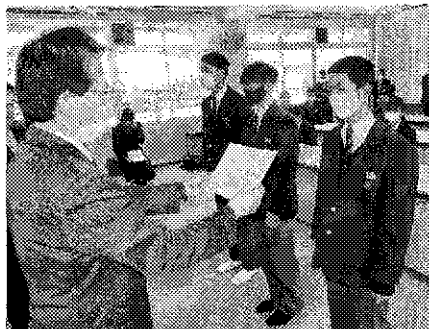
町内高齢者は、免許返納等で『食の確保』が困難化し健康の保持が低下しています。また地域との繋がりが希薄になっていることから、食の集まり場を通じた高齢者の孤立防止と健康維持を目的に行っています。(昨年度まではコロナ禍のため配達という形で行っていました)今年度は、『集まりの場』として実施し地域の繋がりづくりを目指していきます。

生徒会執行部がスタート！

12月23日（月）、生徒会引継ぎ式を行い、3学期から新たな生徒会執行部がスタートしました。旧生徒会執行部のよさを引継ぎ、新しいメンバーで高野中学校のよき伝統を築いてくれることを期待しています。



旧執行部



新執行部

役職	氏名	決意表明
会長 兼 学級委員長	前田 太基	みんなと協力・工夫をして楽しい学校生活が送れるよう努力し、高野中学校を盛り上げていきたいです。また、卒業する時、「楽しい中学校生活だった」と思えるようにしていきたいです。
副会長 兼 文化図書委員長	向田 凌太郎	本が好きになって、みんなが楽しく本を借りることができる図書室にしていく取組を進めていきたいです。また昼食時の放送も楽しく聞いてもらえるようにしていきたいです。
書記 兼 保健美化委員長	前田 冬也	学年関係なく良い関係を築き、仲良く交流できるようにしていきたいです。また保健美化委員長として、校内や地域をきれいにする取組を計画し、実施できるようにしていきたいです。

1月17日(金)に授業参観・学級懇談会を行います。

12月11日（水）に案内を配布しましたとおり、今年度最後の授業参観等を実施します。教科は、1年：音楽 2年：国語 3年：社会です。ぜひご来校ください。

【日程】

14時05分～14時55分 授業参観

15時05分～15時50分 学級懇談会

- ・ 3年生は、学級懇談会は実施せず、希望により進路相談等を行います。
- ・ 1・2年生は学級懇談会で、来年度のPTA役員を決めていただきますようお願いいたします。

2月行事予定表

この行事予定表の下校バス時刻の10分前が全校生徒の完全下校の時刻です。ご確認ください。

月日	曜	学校行事	下校バス
2月1日	土		
2月2日	日	(高野町雪合戦)	
2月3日	月	3年：7校時授業	17:05
2月4日	火	3年：7校時授業 全国スキー選手権(長野野沢温泉)7日迄	17:05
2月5日	水	スクールカウンセラー相談日	17:05
2月6日	木	似島交流(1年) 3年：7校時授業	17:05
2月7日	金	似島交流(1年) 1・2年生：5校時、3年生：6校時	15:10 15:50
2月8日	土		
2月9日	日		
2月10日	月	3年：7校時授業	17:05
2月11日	火	建国記念の日	
2月12日	水	スクールカウンセラー相談日 救命救急講座(2年) 高まるスピーチ	15:50
2月13日	木	実力テスト(1・2年) 一次選抜志願変更(19日正午まで) 3年：7校時授業	17:05
2月14日	金	全校朝会 生徒会委員会	17:05
2月15日	土		
2月16日	日		
2月17日	月	3年：7校時	17:05
2月18日	火	学校運営協議会③ 1・2年部活動停止、質問教室	16:50
2月19日	水	高まるスピーチ、質問教室	16:50
2月20日	木		15:10
2月21日	金	生徒朝会 数学検定・質問教室	16:50
2月22日	土		
2月23日	日	天皇誕生日	
2月24日	月	振替休日	
2月25日	火	1・2年学年末試験・質問教室	15:10
2月26日	水	1・2年学年末試験 生徒会委員会 高校入試(一次選抜)	15:10
2月27日	木	1・2年学年末試験 高校入試(一次選抜) 卒業式準備	15:10
2月28日	金	修学旅行説明会(2年：18:00)	17:05

【2月3日(月) 4日(火) 6日(木) 10日(月) 13日(木) 17日(月)】
学力向上と授業時数確保の為、3年生を対象に7校時授業を実施します。

【2月5日(水)・12日(水)】
スクールカウンセラー来校日です。相談の希望がございましたら、中学校(86-2221)までお問い合わせください。

【2月6日(木)・7日(金)】
似島交流を実施する関係で日程や下校時刻が変更になっています。
7日(金)は、
1・2年生は15:00に下校
3年生は15:40に下校します。ご確認ください。

【2月21日(金)】
数学検定を行います。1月17日(金)まで申し込みを受け付けています。ぜひ、挑戦してみてください。

【2月25日(火)～27日(木)】
1・2年生は学年末試験があります。
2月18日(火)から質問教室を実施します。また、2月20日からの部活動停止に伴って、下校時刻が変更になっています。ご確認ください。(3年生も同じ時刻に下校します。)

【2月26日(水)・27日(木)】
公立高校一次選抜が実施されます。1月23日から、インターネット出願登録の手続き等が始まります。
ご協力をお願いします。

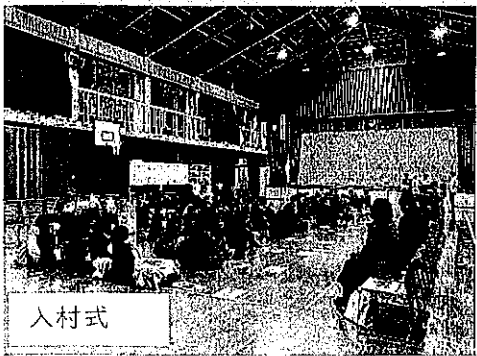
学年末試験による
部活動停止期間



たかの遊学隊



つうしん1月号



入村式

11月19日、21日に私立修徳高校（東京都）の生徒が
修学旅行で高野を訪れ、農村生活体験を行いました

「あと一週間くらい、高野で過ごしてみたいです」

昨年11月19日から21日まで私立修徳高校（東京都）の3年生が修学旅行で庄原市を訪れ、高野、口和、比和に分かれて農村民泊体験を行いました。

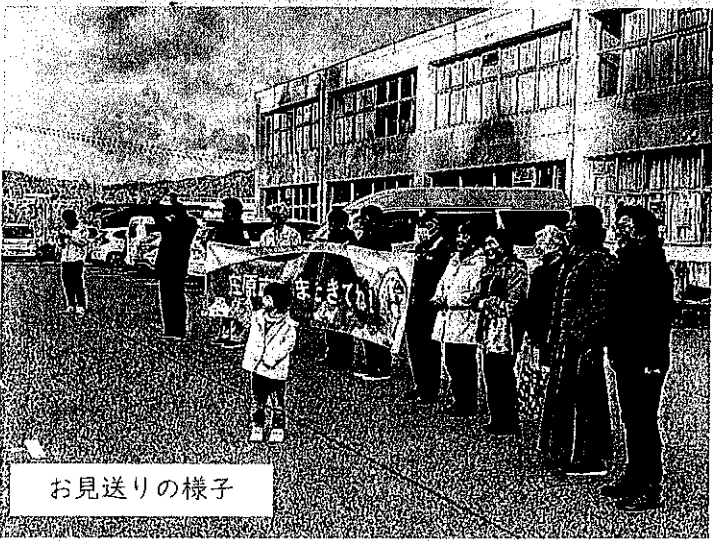
東京からまずは宮島（廿日市市）を見学し、その後、広島県内の各地で農村民泊体験、最終日に大阪見学を経て東京へ帰るという行程でした。

高野へ到着後、大きな荷物と一緒にバスを降り、入村式で受け入れ家庭と対面しました。

その後、各家庭へ移動し、夕食作りを手伝いながら、自分の学校や部活動の話をしてくれるなど、自然に笑顔になっっている様子でした。一緒に、温泉に行ったり、畑の手伝い、リン

ゴの収穫、高野の自然や空気や心の交流にも触れ「あと一週間くらいここで過ごしたい」と話す生徒もいました。

3日間、短い時間でしたが最後は握手を交わし、別れを惜しむ様子が見られました。



お見送りの様子



たかの遊☆学☆隊 前田智永 会長コメント

あけましておめでとうございます。本年も宜しくお
 願い申し上げます。
 旧年中は遊☆学☆隊の活動にご理解とご協力を賜わ
 り、ありがとうございました。
 徐々にコロナ禍以前のような民泊受け入れをする事が
 出来ています。民泊農家さんはもちろん、支えて下さ
 る地域の皆様のお陰です。心から感謝いたします。
 私たちには当たり前の田舎暮らしが、都会のこどもた
 ちにとっては将来に影響する、貴重でキラキラした体
 験になっています。
 今月の広報しようばらにも特集で掲載されています
 が、民泊で訪れてくれたこどもが庄原市に就職したと
 いう、私たちにとってこの上ない吉報がありました。
 これからも永く続けてまいりたいと思っています。
 今年もご理解とご協力を賜りますよう宜しくお願い
 いたします。



《次回受け入れ予定》

来年度となります

決定次第お知らせします

『たかの遊☆学☆隊』の活動に対し、

地域の皆さまのご協力をお願いいたします

農村民泊受け入れ家庭募集中！

詳しくは、たかの遊☆学☆隊 事務局へ
ご相談ください

たかの遊☆学☆隊 事務局

(0824)86-2113 高野支所地域振興室

2月よちよち通信

令和7年1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

一般社団法人里山子ども未来会議
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

立春を迎えると、暦の上では春になりますが、まだまだ寒い日は続きそうです。

節分には年の数より豆を1つ多く食べると身体が丈夫になり、風邪をひかないという言い伝えがあるそうです。感染症予防にも気を配りながら、元気に過ごしたいですね。

すくすく子育て広場(高野)

☆『ひな祭り工作』

手形、足型アートを作ります。今のかわいらしいサイズの手足を使った工作を一緒にしましょう。

日時：2月18日(火) 10:00~12:00

場所：高野子育て支援センター
(高野保健福祉センター内)

持参物：水分補給できるもの

参加申込：高野子育て支援センター
090-4198-8575(開設時のみ)
※2月10日(月)まで

【12月なかよしサロン~比和子育て支援センター】

まなびや café の手島さんをお迎えして、おしゃれな盛り付け方講座を開催しました。おしゃれな盛り付け方に食欲もUP。会話も弾み楽しいひとときでした。



※ご利用の際には、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。

【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

なかよしサロン(比和)

☆『子どもの歯のケア』

現役子育て中の宮崎歯科衛生士から、歯のケアについて学びます。ママだけの参加もお待ちしております。

日時：2月14日(金) 10:00~11:30

場所：比和子育て支援センター(比和保育所内)

講師：宮崎歯科クリニック 宮崎歯科衛生士

持参物：筆記用具、水分補給できるもの
普段使用している歯のケアグッズ

参加申込：比和支所 0824-85-3001

比和子育て支援センター 0824-85-2608

※2月7日(金)まで

子育て広場(口和)

☆『栄養教室』

季節の行事食を一緒に作りましょう
※栄養相談・計測もあります

日時：2月27日(木) 10:00~12:00

場所：口和子育て支援センター
(口和老人福祉センター内)

講師：高橋栄養士(保健医療課)

参加費：500円程度(実費負担)

持参物：エプロン、三角巾、マスク、水分補給できるもの

参加申込：口和支所 0824-87-2112

口和子育て支援センター 0824-89-7070

※2月20日(木)まで



高野保育所だより



令和7年 1月



新年あけましておめでとうございます
本年もよろしくお願いいたします

子どもたちの元気な声や挨拶と共に、新しい年がスタートしました。寒さが厳しいですが、子どもたちは、ゆき遊びやたこあげ・羽子板やこま回しなど、冬の遊びを楽しんでいます。今年度もあとわずかですが、一日一日を楽しく元気に過ごしていきたいと思ひます。



とんど祭り

今年はへび年、年女の職員が笹に点火しました。
正月飾りや書初めを燃やし、お餅を食べ、今年一年元気で暮らせますようお願いをしました。



そりであそんだよ

連日より園の周りを除雪していただき
ありがとうございます。

地域の皆さんに支えられ
楽しい思い出がいっぱいです

いちご狩り



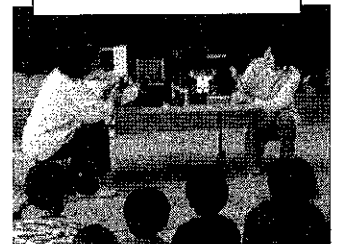
りんご狩り



お茶教室



絵本の読み聞かせ



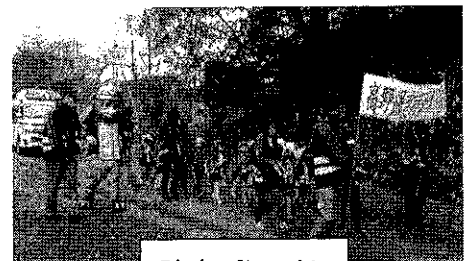
七夕祭り



中学生と交流



防火パレード



地域に学ぶ交流



何かありましたら
ご連絡ください
高野保育所
☎86-2027

血管は、生まれてから一生、体全体にくまなく酸素や栄養素を運び、不要な老廃物などを体の外へ運び出すために、常に働き続けています。イキイキした血管を保つことは、健康維持の秘訣です。

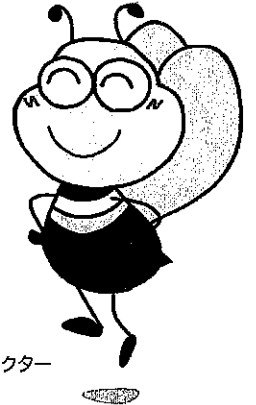
ねえ、血管にイイコト しない？



庄原市高血圧予防キャラクター
ショーショー鳥

血圧は、血液が血管の内壁を押す力。
高血圧は、何らかの原因で血液の量が多くなったり、流れにくくなって血管の内壁にかかる圧力が高くなっている状態。
血管に負担がかかっているんだよ！

そのままにしておくこと…
血管に強い負担がかかって、硬くなり厚くなり(動脈硬化)、深刻な病気(脳卒中・心臓病・腎不全など)を招くことになるんだよ。



庄原市糖尿病予防キャラクター
腹ハッチー

糖尿病は、血液中にブドウ糖があふれる病気。
ほとんど症状はないけど、体の中ではブドウ糖が確実に血管や神経を傷つけているんだよ！

そのままにしておくこと…
し (神経症状)
め (目の障害)
じ (腎臓障害)
になる危険性が大きいんだ。

健診を受けよう

必要なときは結果をもって病院へ

その機会が大事でショー

年一回の健診

こまめに動こう

今より1000歩
今より10分
多く歩こう
(10分歩くと約1000歩♪)

「+10」プラステン！

市HP

多様な食品を 組み合わせよう

合言葉は「さあにぎやかにいただく！」

市HP

適正体重維持

肥満度[BMI]
体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)
(例:50kg÷1.50m÷1.50m=22.2)

※18-22:標準体型

市HP

減塩に取り組もう

【目標量】 男性:7.5g/日
女性:6.5g/日

市HP

適正飲酒

ビールなら…
男性は
500ml×1本程度
女性・高齢者は
その半分程度

市HP

睡眠で 体と心のメンテナンス

睡眠ガイド

市HP

なくそう受動喫煙

受動喫煙防止のルールを守りましょう！

市HP

相談・お問い合わせは、
庄原市生活福祉部保健医療課
電話 0824-73-1255
または
庄原市役所 高野支所 地域振興室
電話 0824-86-2115

高野地域振興区連絡協議会だより

令和7年 1月

高野町のデータ (1/1現在) 人口 1,436人 621世帯
前年同月比 人口 △54人 △19世帯



一般介護予防事業 (地域介護予防活動支援事業) 庄原市委託

集まりの場の世話人交流会 ~いっぺんみなで寄って語ろうデー~

- 日時** 令和7年2月12日(水) 10:00~12:00 **会場** 上高自治振興センター
- 内容** ①「寸劇」~認知症になってもここで暮らしたい~ ★みんなで一緒に考えてみよう
②気になるレクリエーショングッズ紹介
- 対象者** サロンやデイホーム、地域の集まりの場の世話人さんやこれから集まりの場を始めたい方など
- 参加費** 100円 (お茶代として)
- 申込み** 2月7日(金)まで 市社協 高野地域センター 86-3044

★世話人交流会のあとは13:15~上高自治振興区主催の出前講座が開催されます
「最期まで口から食べるために」~愛生園 歯科衛生士 年盛満恵さん~
ぜひ、続けてご参加ください
★お昼のお弁当注文の受け付けがありますので、申し込みの際にお伝えください。

詳しくは各戸配布のチラシをご覧ください

高野中学校よりひまわりの種をいただきました

高野中学校より中庭整備プロジェクトのお話があり、声をかけていただいたので教育委員の高野の学び応援サポーターとして、昨年花壇の草取りや土の入れ替えなどの作業の応援に行きました。そのお礼として、中庭に咲いたひまわりの種をいただきました。ありがとうございました。「来年の夏も、この種から育ったひまわりが、いろいろな場所で咲きますように。」とお手紙もいただきましたので、今回サポーターとして協力いただいた方でもできなかった方でもこのひまわりの種を植えて、応援していきましょう!!上高・下高自治振興区にありますので、植えてくださる方ほどなだてもお越しく下さい!!高野町内に広めていきたいと思います。

たかの雪フェスティバル

高野の冬は外遊びが楽しい

高野町民
リフト・レンタル無料

2月11日(祝) 9:00 受付開始 15:00 終了
りんご今日話国スキー場

スキー教室

受講無料 10:00~12:00
はじめてスキーする人も安心
高野スキークラブメンバーが丁寧に教えます
※9:30までに受付

竹スキー作り

体験無料 10:00~12:00
オリジナルのスキーを作って滑ってみよう
地元自治振興区が協力
※9:30までに受付

モービル体験

体験無料 13:30~
銀世界をクルージング
※12:30までに受付

チューブカーリング

参加無料 13:30~
タイヤチューブに乗って
的のめがけて滑り降りよう
優勝者には豪華賞品
※12:30までに受付

雪中宝探し

参加無料 14:00~
雪の中に隠された
お宝を掘り出せ!
豪華なお宝があるかも...
※自由参加

- 主催: 高野スキークラブ
 - 共催: 高野地域自治振興区連絡協議会 教育部
高野ジュニアスキークラブ
 - 協力: りんご今日話国スキー場
株式会社 NOSON
 - お問い合わせ先
090-1184-7973 (井上)
0824-86-2679 (連協事務局: 下高自治振興区)
-

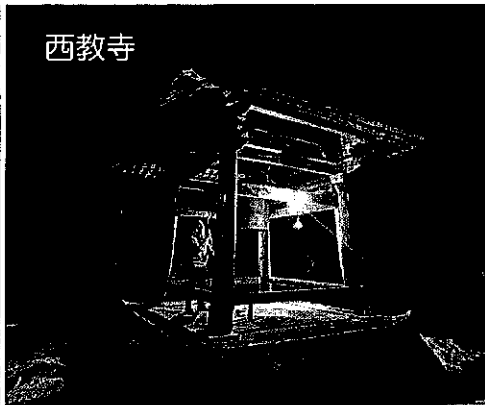
積雪の状況等によっては、フェスティバルの内容を変更または中止する場合があります。

明けましておめでとうございます。昨年は地域の皆様に大変良くしていただき、とても充実した一年を過ごすことができました。有難うございます。本年もどうぞ宜しくお願いいたします。

皆さんはどの様な年越しをされましたでしょうか？ 私は高野町に移住して初めて高野での年越しをし、年越しの行事に参加させていただき、新たな年を迎えることが出来ましたので、その様子をお伝えします。

<高野町の年越し>

大晦日から元旦にかけて、高野町内でも除夜の鐘や初詣が行われていました。大晦日 16 時から本誓寺、午前 0 時に西教寺と円正寺の鐘を「高野町にとって良い一年になりますように」と思いを込めて、つかしていただきました。



<道の駅たかの元旦イベント>

道の駅たかので行われた元旦イベントには多くの方々が来店されていました。朝 10 時からのガラポン抽選会には 50 人以上が並び、餅まきには 100 人以上の方が参加されて楽しまれていました。イベントは午前午後の二回行われ、道の駅は元旦から沢山の人で賑わっていました。



高野で遊び、高野で暮らす。

たかの移住サイト

高野移住定住サイト・高野地域自治振興区連絡協議会のInstagram、フェイスブックにて、高野町のイベント、お知らせ、日々の出来事などを発信しています。下記の QR コードを読み込みご覧ください、フォローやいいね！もよろしくお願ひします。



高野地域自治振興区連絡協議会
@takanozemyo_高野の移住サイト

1 高野町

たかの移住サイト



高野地域自治振興区
連絡協議会 Instagram



高野地域自治振興区
連絡協議会 Facebook





上高自治振興区

本年もどうぞよろしくお願い

（令和7年1月20日発行）

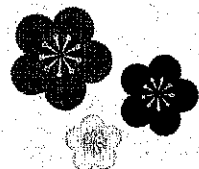
庄原市高野町新町128番地

TEL 0824-36521

FAX 0824-36521

e-mail: kamitakazich@gmail.com

謹賀新年 新年のごあいさつ



本年も宜しくお祈ります。

上高自治振興区 区長 井ノ本清道

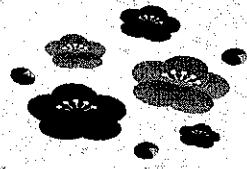
新年あけましておめでとうございます。

昨年は元旦から能登地方を中心とした大きな地震があり多くの方が亡くなられたり、被災されました。また、加えて同地方では豪雨に見舞われ、地域の復興に大きなダメージを与えました。本当にお気の毒なこととお見舞い申し上げます。

世界を見渡せば各地で紛争が起き、子供や高齢者をはじめとする多くの罪のない人々が犠牲になっています。自分だけが幸せならばいいという風潮が世界中に広がっており、戦争への恐怖が高まっているように感じます。

さて、上高自治振興区では「防災」と「地域福祉」を中心課題として取り組んでまいりました。区民の皆さんや地域マネージャーさんのご協力で各自治会においては自主防災会の活動がはじまり、各地域で高齢者の寄り合いの場が作られはじめました。だれもがだれかに支えてもらう時が必ずやってきます。地域の皆さんの幸せがあってこそ私たちも幸せを感じることが出来ると思います。「元気なの」「困ったことはないの」「ありがとうね」地域で声を掛け合いながら今年も暮らして行きましょう。皆さんが安心して暮せる地域を目指し上高自治振興区も歩みを進めてまいります。

本年も変わらぬご支援、ご協力をお願いします。
皆様にとって幸せな一年でありますよう心よりお祈りします。



上高自治振興区は・・・地域の中にある様々な課題(困りごとなど)をみんなでお話し合いながら解決に向けていくとともに、より地域が元気になる活動(地域づくり)を皆さんと一緒に進めていきます。

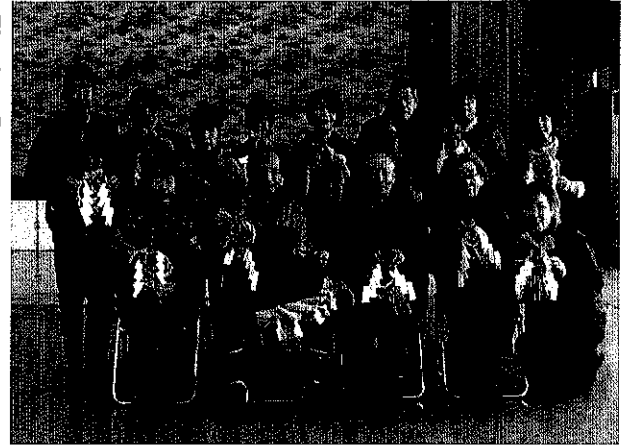
今年も、皆様のご支援ご協力、
そしてご参加をよろしくお願いいたします。



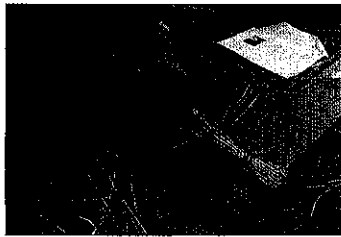
各教室のご紹介(生涯学習事行業)



今季初の寒波の中、しめ縄づくり教室を開催しました。今回は10名の方が参加され、初めての方や何度か参加されている方もおいでになり、藁を30本の束にし、それを3本作る所から始めました。藁をねじりながらの作製なので、お互いに手伝いながら立派なしめ飾りが出来ました♡『初めての参加でしめ縄づくりは、思ったより難しかった。作品になって良かった』『今年も作れて良かった』『中・高生も参加して、世代間交流の形にすれば、より伝承文化の意味が深まるのでは』など感想や要望をを聞かせていただきました。自作の『しめ飾りで』良い年になりますように♡♡



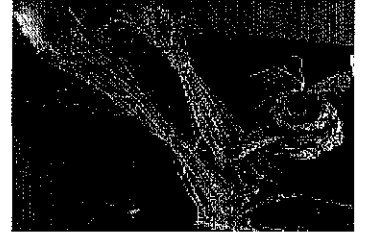
30本の藁を3束



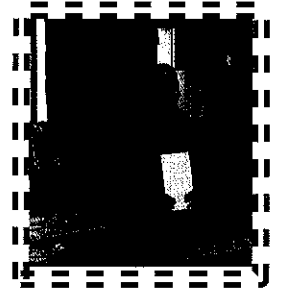
3束に小さな束を入れる



皆で力をあわせてねじる



完成しめ縄の見本



講師の柳迫さん

※講師の柳迫様、ご参加の皆様ありがとうございました♡

★お知らせ★

2025年1月 1日スタート! 新運行開始!
高野デマンド型乗合タクシー
おでかけわごん

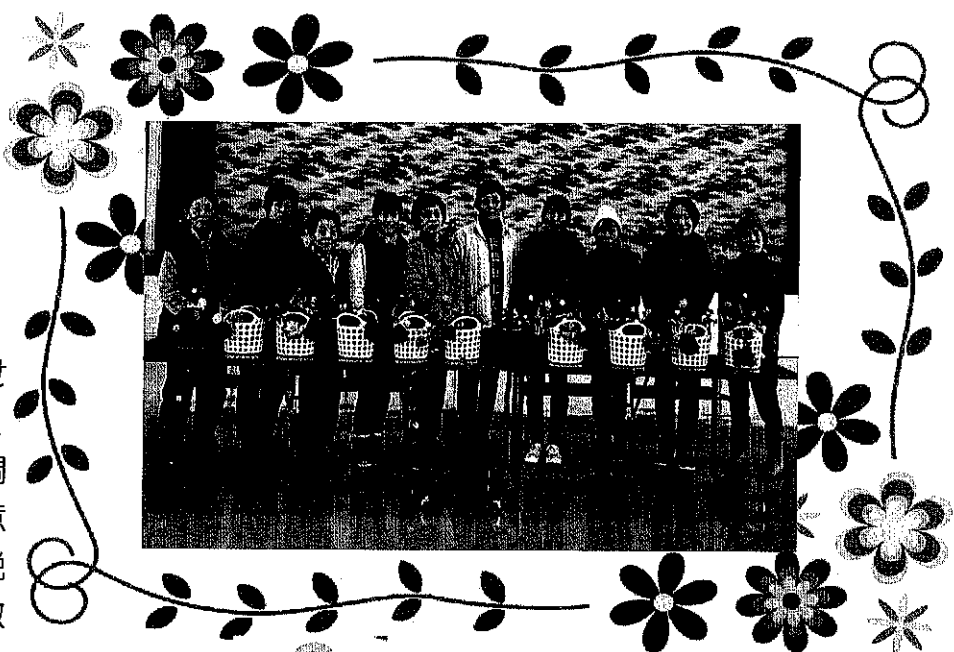
1月より「おでかけわごん」の時間帯が変更になりました。高野の町を走る生活交通「おでかけわごん」を利用し、様々な行事に参加して頂ければ嬉しく思います。

詳しい内容は、1月中旬に各地で説明会を開き、サロン等でも説明に伺っております。わからないことなどございましたら、高野交通・庄原市役所高野支所・各自治振興区にお問い合わせ下さい。各戸チラシも配布されておりますので、ご近所の皆さんとお話されて、休憩所もご用意しておりますので、ご利用いただければと思います。

皆様自しくお願いいたします!

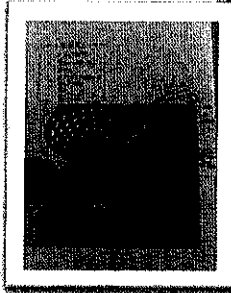
時刻表

曜日	上野区域		下野区域	
	湯川・和南原・新市・市	高野・奥門田・上原	中門田・殿大内・下門田	
月	往路 (高野発)	便路 (目的地発)	往路 (高野発)	便路 (目的地発)
	6:15	11:30	10:00	12:30
火	9:00	14:45	13:00	16:00
	10:00	12:30	6:15	11:30
水	13:00	16:00	9:00	14:45
	10:00	12:30	6:15	11:30
木	13:00	16:00	9:00	14:45
	6:15	11:30	10:00	12:30
金	9:00	14:45	13:00	16:00
	10:00	12:30	6:15	11:30
土	13:00	16:00	9:00	14:45
	6:15	11:30	10:00	12:30
	9:00	14:45	13:00	16:00



大人気の教室である、第2回寄せ植え教室を開催しました。あいにく、当日は雪も降り、講師の先生も体調不良の為お休みでした。先生が用意して下さった寄せ植えの見本と、説明書を見ながら、個性あふれる素敵な寄せ植えが完成しました♡

『籠の中のアレンジでアクセントができるのを勉強できた』『お正月の玄関が華やかになって素敵♡』『久々の参加で気分もリフレッシュできた』『四季ごとの寄せ植えがやってみたい』など感想をいただきました。

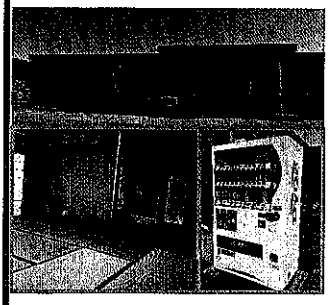


※皆さまお寒い中、ご参加ありがとうございました。講師の桑野様には体調不良の中、ご準備などとして頂きありがとうございました。

高野の休憩

よ り ん さ い

上高自治振興センター



- ご利用概要
- ・トイレ・障害者トイレ 有
 - ・エアコン、テレビ設置
 - ・お座敷でゆっくりくつろげます。
 - ・飲食可能・自販機有
 - ・freeWi-Fi有
 - ・その他
- おでかけわごんの連絡代行もします!!
- ・休館日：土・日・祝日・年末年始

高野町新市1283番地
☎0824-86-2214

※ 今年も上高自治振興区では、様々な行事を予定しております？

各教室のご参加などにも、おでかけわごんをご利用できます。バスの待ち時間に休憩室もご利用できます。

※皆様のご参加お待ちしております☆彡
上高自治振興区(86-2214)

上高自治振興区では、色々な楽しいお話しや、行事など・地域の情報を募集しています。行事の写真の提供なども送って頂けると喜びます♡

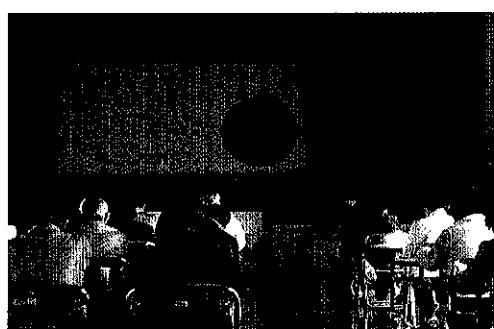
施設利用のご紹介

第3回健康寿命向上セミナー『フレ！フレ！フレイル予防デー』開催

12月11日（水）健康寿命向上セミナー『フレ！フレ！フレイル予防デー』が、沢山の高齢者の方や、フレイル予防に関心のある方が参加され、上高自治振興センターにて開催されました。




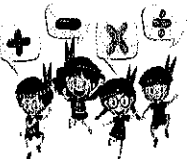






今回のテーマは「認知症について」でした。講師は庄原市地域包括支援センター高野サブセンター保健師 峠恵子さんと、①高齢化の現状と認知症の推計②認知症とは（症状の理解、診断のタイミング）③診断・治療・予防について④認知症の予防について⑤対応の方法についてなど、お話しされました。その後、シルバーリハビリ体操が行われ、肩こり予防や腹式呼吸などを教えていただきました。

会場では、比和町より『ゆめのいえ』も参加され、コーヒーや手作りの手芸品を展示販売されました。❤️



★ 2月：各事業予定 ★



<p>シニアストレッチ教室</p> 	<p>毎週月曜日 午後2時45分～3時30分 参加費：1回 300円</p>	<p>上高自治振興センター ※なみかカード持参者には10ポイント付与 (ただし、毎月1回のみ付与とする)</p> 
<p>子ども塾（小学生）</p> 	<p>毎週水曜日 午後4時～5時30分 受講料：3,000円/月</p>	<p>上高自治振興センター 【講師】児玉光子先生（高野町） ※基本からしっかり学べる。 楽しい塾です☆彡</p> 
<p>子どもチャレンジクッキング教室</p> 	<p>2月8日（土曜日） 午前10時00分～ 内容：お菓子を作ろう 参加費：200円 定員10名</p>	<p>高野保健福祉センター（調理室） ※行政回覧でチラシを各戸配布しています。</p> 
<p>上高自治振興区高齢者福祉部会（出前講座）</p> 	<p>2月12日（水曜日） 午後1時15分～ 内容：最期まで口から食べるために</p>	<p>上高自治振興センター ※行政回覧でチラシを各戸配布しています。 ※なみかカード持参者には10ポイント付与</p> 
<p>手作りこんにやく</p> 	<p>2月19日（水曜日） 午前：9時00分～12時00分 内容：手作りこんにやく 参加費500円定員10名</p>	<p>高野保健福祉センター（調理室） ※行政回覧でチラシを各戸配布しています。 ※なみかカード持参者には10ポイント付与 別会場の為、後日付与となります。</p> 

『最期まで口から 食べるために』(出前講座)

今回の上高自治振興区高齢者福祉部会(出前講座)は、講師に
介護老人保健施設愛生苑 歯科衛生士 年盛満恵様をお迎えし、
『最期まで口から食べるために』のお話をして頂きます♡
皆様のご参加お待ちしております！

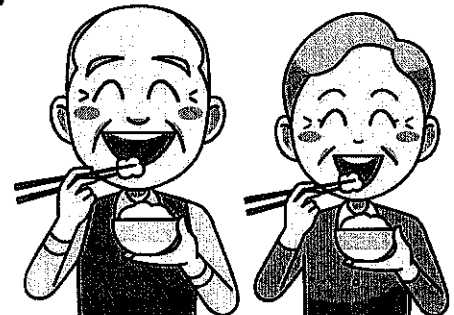
日 時:令和7年2月12日(水曜日)

午後 1 時15分~2時15分頃

場 所:上高自治振興センター

講 師:介護老人保健施設 愛生苑

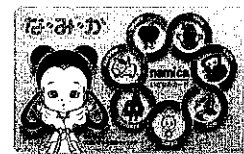
歯科衛生士 年盛 満恵 様



申込期限:令和7年2月7日(金曜日)

申込先:上高自治振興区 電話:86-2214

なみかカードをご持参ください。(10ポイント付与)
みなさまの、ご参加をお待ちしています。



.....切り取り.....
出前講座申込書

氏 名		電話番号	
氏 名		電話番号	

“手作りこんにやく”を作ろう

上高自治振興区では、湯川の天野さんが育てられた“こんにやくいも”で“手作りこんにやく”を作りたいと思います。

なかなか、自分で作る機会は少ないのではないのでしょうか😊😊
皆さん、お誘いあわせてご参加ください。

♡と き：令和7年2月19日（水曜日）9時～12時頃

♡と ころ：高野保健福祉センター（調理室）

♡講 師：上湯川：天野俊明さん

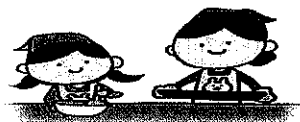
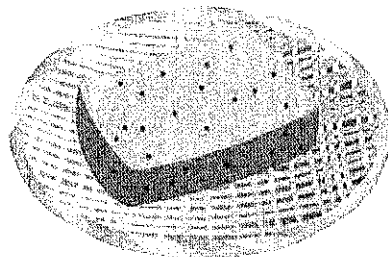
♡参加費：一人 500円

♡持ってくるもの：エプロン・マスク・ゴム手袋

♡申し込み先：下記の申し込み用紙に必要事項を記入の上、上高自治振興センターまで
ご持参もしくはお電話ください。（定員10名）

※上高自治振興センター：電話番号：86-2214

♡締め切り：令和7年2月12日（水曜日）



なみかカードをご持参ください。（10ポイント付与）

※会場が別なため後日付与致します。

きりとりせん

手作りこんにやく 申し込み用紙

氏名：	
住所：	電話番号：

※申し込み用紙に記入された事はこの事業のみに使用し、他へ公表されることはありません。

※大雪などで中止となる場合には、電話連絡させていただきます。

年頭のご挨拶

下高自治振興区長 島津 宏

新年明けましておめでとうございます。日頃より下高自治振興区の取り組みにご理解ご協力いただきまして感謝申し上げます。

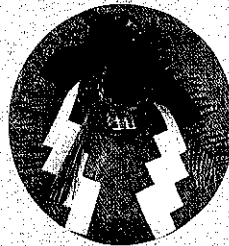
今年度は、高齢者の孤立防止と健康維持の目的で始めた「きらく食堂」を、配達から集まりの場として実施しました。1月4日から新運行になった「おでかけわごん」でぜひご参加ください。また、「子育て応援とことこ」では、比和と交流事業を開催したり、高野子育て支援センターと合同でイベントを行いました。その他にも事業を本年も企画しますのでよろしくお願いいたします。

高野地域自治振興区連絡協議会では、定住部の関係人口づくり交流会として、酒米の田植え稲刈りイベントを開催し、地域の皆さまにはイベントスタッフや食材の提供などご協力いただきありがとうございました。今年も移住定住事業として、関係人口づくりイベントを続けていきたいと思っております。定住部だけでなく、教育部・経済部も引き続き取り組んでいます。

本年も住みよい地域づくりに取り組んでいきますので、ご助言ご協力をよろしくお願いいたします。

12/26(木) しめ縄づくり教室

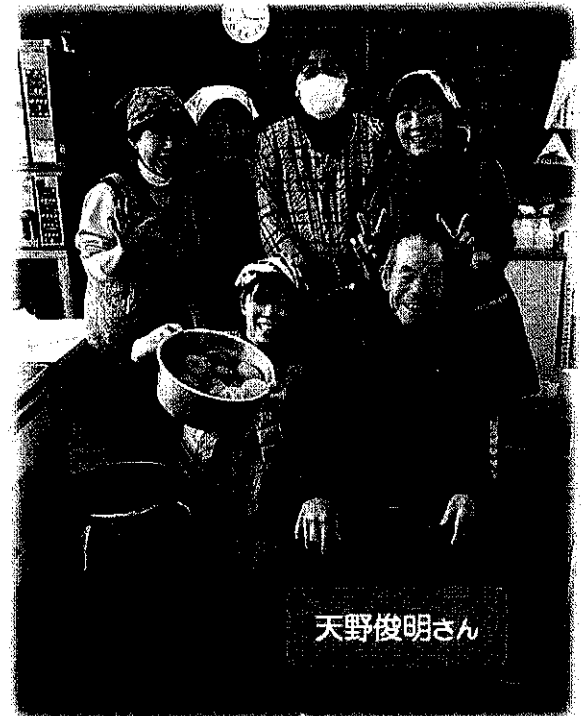
恒例のしめ縄づくり教室を開催しました。以前までは縄ないと飾り付けを2日に分けて行っていたが、今回は1日で仕上げました。講師の牧原晴美さんに教わり、ねじりながら編んでいきます。土台ができたらしめ縄は・うらじろ・だいだいなど14種類の飾り物で装飾をしました。今回も立派なしめ縄が完成しました。



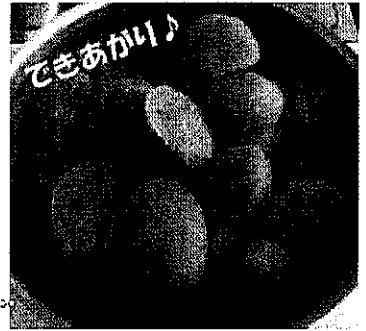
12/14(土) こんにゃく作り教室

講師に天野俊明さんをお招きし「こんにゃく作り教室」を行いました。こんにゃく作り初心者の方がほとんどでしたが、みなさんテキパキと作業され、約2時間であっという間に完成しました。そして、出来上がったこんにゃくを、みんなで試食してみました。出来立てのこんにゃくはとても柔らかく「美味しい!」「出来立てのこんにゃくを初めて食べた!」「また来年もみんなで作りたい!」との感想をいただきました。残りはみんなで分けて持ち帰り、ご家庭の料理に使っていただきました。少人数ではありましたが、わいわいと賑やかで楽しい教室でした♪

雪の中お越しいただいた講師の天野さん、参加者のみなさん、ありがとうございました!



天野俊明さん



できあがり♪

おしゃべりしながら...

12/18(水) 手打ちそば教室

今年も講師に片山訓治さんをお招きし、毎年恒例の「手打ちそば教室」を行いました。昨年に引き続き参加いただいた方、初めてそば打ちをされる方々でしたが、みなさん悪戦苦闘しながらも、先生の丁寧な指導のお陰で、立派な手打ちそばが完成しました。最後に先生に見本で打っていただいたそばをみんなで試食しました。先生の打ったそばは喉越しが良く「美味しい、美味しい!」とみなさんあっという間に召し上がられました。片山さん、参加者のみなさんありがとうございました!



片山訓治さん



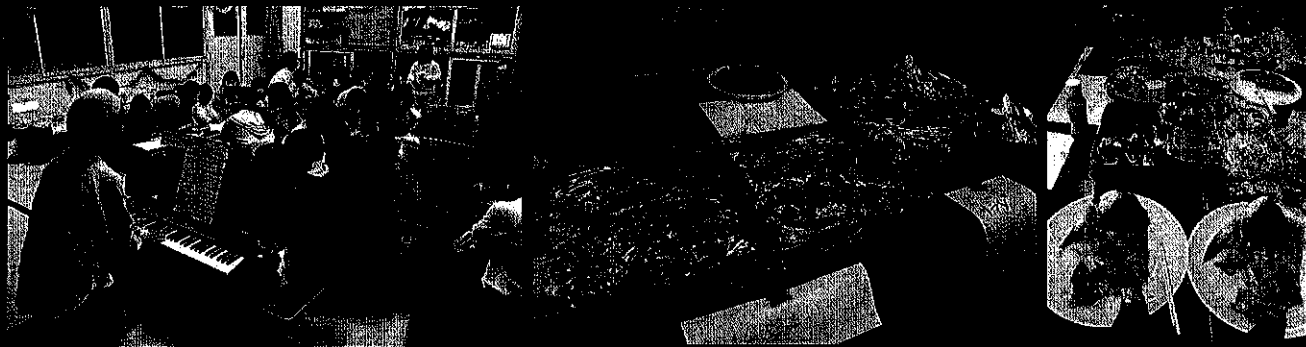
熟練の技を間近で見学させていただきました!



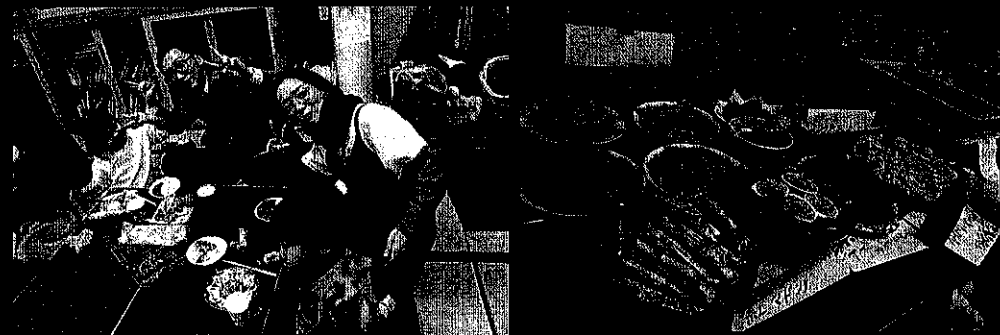
伸ばして...

切る!!

クリスマス会開催しました。今年は45名の参加があり賑やかに開催することができました❖
オープニングは地域の方のキーボードでの演奏やみんなで歌を歌ってスタートでした。食事では、1人1品の持ち寄り料理。スモークチキンやおにぎり。サラダにキッシュ、焼き鳥にお刺身、ケーキにアメリカンドックと色々あり参加くれた方々は「バイキングみたいでとっても楽しい！！」と楽しみながら食事をされていました。



食事がひと段落したところで、サンタさんが登場！！サンタさんからはお菓子のプレゼントがあり子ども達は並んでもらっていました♥サンタさんとみんなでハイポーズ！！記念写真も撮れてとっても楽しかったです。



クリスマス会最後はみんなでプレゼント交換！！

1人1人が持ち寄ったプレゼントを、音楽『もしもしかめよ〜♪』を歌いながらまわし、歌が終わった時に持っていたプレゼントをもらいました。それぞれもらったプレゼントを開け楽しんでいました。沢山のの方に参加いただいたシモタカフェクリスマス会。色々な方が参加下さり、沢山の方とお話ができ、良かったです。

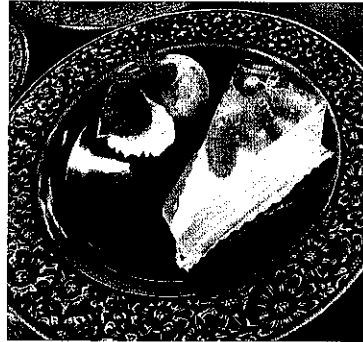
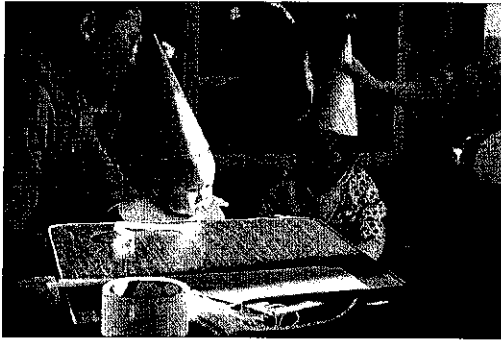
また来年も引き続きできたらと思っています。
そして参加くださった皆さんありがとうございました☆





『とことこ』 地域マネージャー通信 担当：向田富美恵

12月“とことこ”クリスマス会を開始しました☆
子どもさんの体調不良で来れなかったお友達もおられ残念でしたが、参加下さったお母さんと可愛い帽子を作ることができました！！その後はケーキを食べながらみんなでお話タイム～楽しい時間となりました。



“とことこ” “すくすく” コラボ☆

12/17 (火) 一緒にクリスマス会開催～

“すくすく” 支援員さんの絵本の読み聞かせ。しっかり聞いてくれる子ども達でした。その後は、お母さん方から、「ゆっくりお腹いっぱいご飯が食べたい！」というお話があったのでみんなでお昼ご飯を食べながらゆっくりお話をしました。子どもさんの離乳食話で盛り上がりたり、クリスマスプレゼント何にする？などなど子どもさんの話題で盛り上がりました。とっても楽しかったです。



あけまして
おめでとう
ございます



明けましておめでとうございます。
皆さんどんな年越しをされましたか？
本年もよろしくお願ひいたします。

きらく・食堂

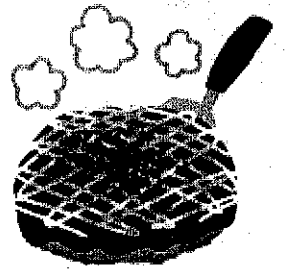
【次回】2/19(水) 10時頃から

【内容】 昼食と健康のおはなし

【場所】 下高自治振興センター

【対象】 下高地域にお住まいの65歳以上の方

【参加費】 100円 (お茶代。お昼代は不要)



【おでかけわごんの送迎】 (運賃はきらく食堂が負担します。要予約)

下高センター行 9:00頃 (各自宅迎) 自宅帰 14:45 (下高センター発)

【配達します】 昼食に『お好み焼き』を作ります。きらく食堂に来れないけれど、お好み焼きが欲しい方はご自宅へ配達します。料金は1枚500円です。

(基本65歳以上が対象 高野全域に配達できます)

ご参加または配達をご希望の方は下高自治振興センターまでお電話ください。

電話 下高自治振興センター 86-2679

リニューアル運行がスタート!

高野デマンド型乗合タクシー

★子どもから高齢者まで、
高野に暮らす全ての方が利用できる
高野の町を走る生活交通
「乗り合いタクシー」です。

予約できる目的地



おでかけわゴン



道の駅、高野保健福祉センター、その周辺
(医療機関、郵便局、金融機関、図書館、高野支所、上高・下高自治振興センター、食料品店、グリーンサーキット高野など。)

【下高区域 (高暮・奥門田方面)】 (目的地を増設しました)

- ・奥門田集会所・岡大内集会所
(奥門田・中門田・岡大内地域のみ利用可)
- ・ふるさと村高暮・下門田集会所・上里原集会所
(高暮・上里原・下門田地域のみ利用可)

★みんなのでかける楽しみを増やしましょう!
※行先を運転手さんにお気軽にご相談ください。

★料金 200円/回 (小学生は100円/回)

(障害者手帳・療育手帳をお持ちの方は 半額の100円/回)

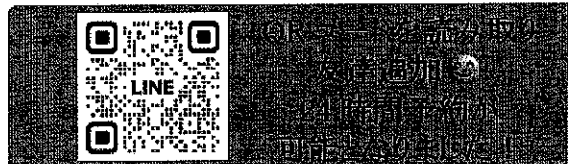
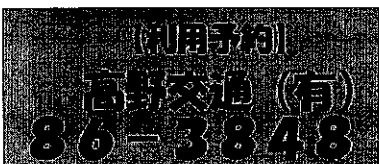
★その他制度がありますのでお気軽にご相談ください。

利用手順

①事前に登録
(登録は無料)

②電話・LINEで
予約

③自宅から
目的地へ送迎



	下高区域	
	往路 (自宅発)	復路 (目的地発)
月	10:00	12:30
	13:00	16:00
火	6:15	11:30
	9:00	14:45
水	6:15	11:30
	9:00	14:45
木	10:00	12:30
	13:00	16:00
金	6:15	11:30
	9:00	14:45
土	10:00	12:30
	13:00	16:00

詳しくは12月20日の行政文書をご確認いただき、
ご予約・ご利用をお願いいたします。



人権に関するわかりやすいDVD 観賞 & お茶会

日時 2月5日(水) 18:30~1時間程度

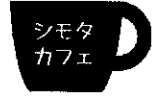






場所 下高自治振興センター和室

参加費 1人100円(お菓子代、飲み物代込み)

子ども連れ、途中入退OK。どなたでも参加OK
 気軽な気持ちでぜひご参加下さい。

2月の行事予定



行事名	開催日時	参加費	内容
 シモタカフェ	2月5日水曜日 18:30~19:30	100円	DVD鑑賞 & お茶会 どなたでも参加OK☆ お気軽にご参加ください♪
 きらく食堂	2月19日水曜日 10:00~14:30	100円 (お茶代)	今年度から食の「集まりの場」 として開催しています。 詳しくは1/20発行のチラシを ご覧ください
 とことこ ひな祭り	2月27日木曜日 10:00~12:00	500円 (予定)	ひな祭りの軽食を計画中です 詳しくは2月5日の行政文書で お知らせ予定です
 書道教室 ＜サークル＞	毎月第2・4月曜日 13:30~15:00	2,400円/月 (教材費実費)	毛筆を中心に学びます 新メンバー募集中です♪
 ハンドメイド教室 ＜期間限定サークル＞	毎週水曜日 13:30~15:30	材料代実費	冬季限定ハンドメイド教室が スタートしています♪ 新メンバー募集中です
 とことこ 子育て応援	毎週木曜日 10:00~12:00	無料	和室を開放しています お気軽にお越しください♪ ※2月13日はお休みします
 パソコン教室 ＜サークル＞	毎月第2・3・4金曜日 14:00~16:00	2,000円/月	パソコン操作の基礎から応用 新メンバー募集中です♪

休館日のご利用について
 葬儀等の緊急時にはこちらの番号に
 連絡をお願いいたします。

080-1928-4276

下高自治振興区が開催する生涯学習事業に参加いた
 だくとなみかポイントを10ポイントプレゼント！参加
 される際にはなみかカードを忘れずお持ちください。



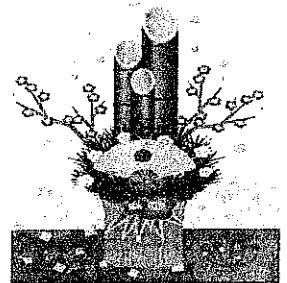
編集後記

明けましておめでとうございます。本年もよろしくお願いたします。年末は子どもが
 インフルだったので、家から出られないお正月でした。お正月は雪がなかったですが、仕事が始まって
 から大雪に…家に帰ってからの雪かきで少しは運動になりました！！今年度も残り少なくなってきました
 ますが、まだまだ行事は続きます。よろしくお願いたします。

井上



迎春 こぼっそい通信



令和7年1月号

庄原市高野町新市1150-1
庄原市社会福祉協議会 高野地域センター
Tel: 0824-86-3044



新年あけましておめでとうございます。

旧年中は大変お世話になり、ありがとうございました。

日頃より、社協の活動にご理解ご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

昨年は、社協会費をはじめとして各種ご寄付を賜り、ありがとうございました。皆様からいただきました会費やご寄付等は、市内の地域福祉活動に活用させていただきます。

本年も私たち職員は、皆様が安心して暮らし続けていただけるよう在宅福祉サービスをはじめ、地域の見守りやお互いさまの活動を推進していきます。

今年も何卒よろしく願いいたします。

所長：二上 明



令和6年度 赤い羽根チャリティー グラウンドゴルフ大会開催



11月8日（金）高野町グリーンサーキットにおいて、『赤い羽根共同募金チャリティーグラウンドゴルフ大会』を開催しました。

予定していた6日が大雨により延期。申し込みをいただいた皆さまには大変ご迷惑をおかけしましたが、8日は秋晴れの中、無事開催することができました。

開催にあたり、高野町グラウンドゴルフ協会の皆様には、組み合わせや事前準備、集計等にご協力いただきありがとうございました。

当日は、34名の方にご参加いただき、諸経費を差し引いた24,064円を広島県共同募金会へ全額送金いたしました。ご参加いただいた皆さま、ありがとうございました。次回もお元気でお会いできることを楽しみにしています。これからもよろしく願いいたします。



◆ 令和6年度 高野小学校「福祉学習」 ～認知症ってなあに？～

11月27日、広島県介護福祉士会から3名の講師をお迎えして、3年生と6年生の「福祉学習」を行いました。「認知症を学ぼう」をテーマに、3年生は紙芝居「ちいちゃんが笑った」を、6年生は「認知症ってなあに？」を見聞きし、認知症について正しく理解することで、自分たちに出来ることを学びました。

5・6時間目は、福祉用具の使い方や疑似体験を通して、高齢者や障がい者の不自由さを体験、理解し、寄り添うことの大切さを学びました。「福祉」とは特別なことではなく、自分たちにもできる、普段の気かけあいや声かけ、手伝いなど、みんなでもとに助け合うこと、「ゆっくりやさしく笑顔で話す」ことなどを学びました。午前中は主任児童委員さんも同席され、「子どものうちから認知症について学ぶことはとても良いこと」と話してくださいました。



◆ 令和6年度 高野保育所「地域交流」

～高野保育所の園児からたくさんのふれあいと元気をもらいました！！～

春には花の寄せ植え、敬老の日には緊急連絡先カードのプレゼントやデイサービスの慰問、11月には「発表会の予行練習を見に来て」とお誘いをもらい、地域のサロンの方々と訪問させていただきました。

最近はいさい子どもと触れ合う機会が少なくなり、遊戯や楽器演奏、歌やダンスなど、かわいい園児たちに目を細めて見入っておられました。

「今年一番の元気をもらいました」「ありがとう！」と満面の笑顔の皆さんでした。



※赤い羽根共同募金は、地域の活動を支援するために役立てられます。



◆ 令和6年度 在宅介護教室

在宅で介護されている介護者さんや、介護に関心のある方を対象に年4回在宅介護者教室を開催しています。

介護に関することや、心配なことなどお気軽にお話しいただける機会です。
皆様のご参加をお待ちしています。

※今年度、最後の介護教室を下記の日程で行います。

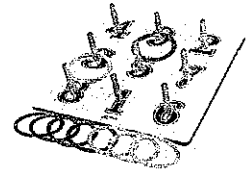
日 時：令和7年2月14日（金）10時から

内 容：新年会&わいわいリフレッシュ交流会

場 所：高野保健福祉センター

参加費：1,500円（昼食お弁当代込み）

※申込み：2月10日までにお申し込みください



◆ 高野地域の支えあいづくりのつどい

「住み慣れた地域で安心して暮らし続けたい」は、みんなの思いです。
そのために自分自身や地域の中で何ができるかを一緒に考えてみませんか。
多くの皆さまのご参加をお待ちしています。

日 程：令和7年3月8日（土）13:00~15:30

場 所：上高自治振興センター

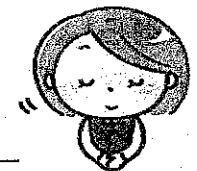
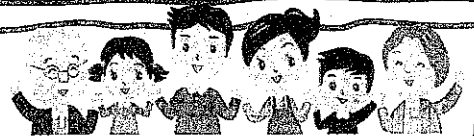
内 容：講演会 春日キスヨさん

「超長寿社会に求められる生き方、暮らし方」
～七転び八起を超えて元気に～

参加費：無料

申込み：3月4日（火）までにお申し込みください。

※詳細は2月回覧でお知らせします。



★ “ひとりぼっち”をつくらない つながる応援隊

～ご支援とご協力をお願い～

地域の庄原市社会福祉協議会では、ひきこもりの方や、不登校の子どもたち、そしてその家族の皆さんへの支援に取り組み、誰もが安心して暮らせる地域づくりを目指しています。

【寄付金額】1口 5,000円から

【使 途】居場所づくり、講演会など
ひとりぼっちをつくらない取り組み

※ご寄付いただいた方は、社協広報紙に
お名前を掲載させていただきます。



◆ひと言メモ① ~冬の体調管理「かくれ脱水」になっていませんか?~


★空気が乾燥する冬です。水分摂取が少なくなっていますか?

※こんなサインはありませんか? ・ ・ してみましょう。

尿の色が濃い 微熱が続く 皮膚が乾燥してボロボロ落ちる

くちの中がねばつく 体重が減っている 便秘がち 足がむくむ

※ちょっと不調サインを感じたら早めの相談。

??  「手元にお茶などの飲み物」 ちょっと飲みの継続が、1日1リットルにつながります。
寒い冬には、白湯もおすすめです。

★こたつに座っている時、テレビを見る時、自分でできることを意識しましょう。

- ・「気軽にできる簡単体操」 グーパーや足踏み、肩回しや首回しなどなど。
- ・「興味関心を持つこと」 見る、聴く、考えるは、脳トレにつながります。
- ・「話そう笑おう」 話をすることは“笑い”や“脳の活性”更に“口体操”にも繋がります。

★令和7年も、ともに元気な一年を過ごしましょうね。

◆ひと言メモ② ★備えていますか? 普段の備え。

いざ!という時困らないように…。災害時の備えとともに、一度考えてみませんか。

◆庄原市の「いきかたノート~私からあなたへ~」をご存じですか?

このノートは一般的なエンディングノートとは違い、自分が最期を迎えるとき自分は どうしたいかを考える。そのときまで、「自分らしく生きる」ために自分の暮らし方、生き方、逝き方を考える。その思いを家族や大切な人と共有するためのノートです。

自分らしく暮らし、安心して老い、いつの日か必ずやって来る「旅立ち」のときのために、このノートを作っておきませんか。(庄原市高野支所 地域包括支援センターまたは社協まで)

◆普段の備えしていますか?

※懐中電灯やカセットコンロ、カイロや食料品等に加え、なくてはならない「お水」も備えましょう。

※携帯電話は、充電を確認し、特に寝るときは枕元に置きましょう。



あれから一年が経ちましたが、まだまだ復興には時間が掛かりそうです。令和6年能登半島地震に係る義援金を3月末まで受け付けています。(社協窓口)

◆よろず相談365

「こんなこと、どこに相談したらいい?」「こんな心配事があるんだけど、どうしたらいい?」社協は『総合相談の窓口』を開設しています。

まずは、「ちょっと話をしてみよう」お気軽にお電話、またはお立ち寄りください。

庄原市社会福祉協議会は、いろいろな取り組みや情報等、Facebookに掲載しています。是非検索してみてくださいね。

<https://www.facebook.com/shobara.shakyo/>



道の駅たかの通信 No.260

新年のご挨拶

皆さん明けましておめでとうございます。今年の正月三ケ日は積雪もなくますますの穏やかな天候に恵まれ、特に元旦は雲一つない晴天の中で恒例の餅つき・餅まきも駅舎前で予定どおり行い、

道の駅たかの 2025.1.20

(広報・企画グループ)

庄原市高野町下門田49

☎0824-86-3131

michieki_tak@takanoyama.jp

<https://www.takanoyama.jp>

★Twitter・インスタも更新中♪

多くのお客様と一緒に和やかな賑わいの場をつくることができました。

ただ、日本の他の地域に目を向けますと、今年の元旦に発生した大地震と、更に追い打ちをかけるように大きな被害をもたらした夏の豪雨に見舞われた能登半島では、未だ復旧・復興がままならない状況が続いております。犠牲になられた皆様、被災された皆様に、心からお悔やみ、お見舞い申し上げますとともに、一日も早い復興をお祈りいたします。

さて、昨年は新型コロナ前以上に、ここ「道の駅たかの」を目的地として来訪くださる方が増え、特に秋以降は、令和の米騒動も相まって、美味しい地元のお米や、特産のりんご・大根・トマトなど、新鮮な庄原産品を求めて多くのお客様にお越しいただいております。



元旦限定のガラポン抽選会は200本の景品を用意するも、長蛇の列が出来るほどの人気でわずか1時間で終了。

毎年恒例の餅つき・餅撒きの様子。出荷者協議会の役員さんや道の駅スタッフ、ご来店されたお子様などにご参加いただきました♪

また、オンラインショップの開設や、広島市内をはじめとする外部販売イベントの積極開催など、お客様の来訪を待つだけでなく、販売方法の多様化を図ることで、出荷される皆さんの期待に更に添えるよう、スタッフ一丸となって努力しております。

今年は巳年、オープンした年と同じ干支を迎えた「道の駅たかの」です。13年目を迎える令和7年は、今一度原点に立ち戻り、出荷者の皆さんとの連携と地域へのこだわりを更に高め、この地で育まれた「旬の美味しさ」を、より多くのお客様に真心を込めて届けてまいります。

また、道の駅は単に道路の利用者や観光客に向けた営業だけではなく、出荷者や地域の住民の皆さんに気軽にご利用いただける施設でなければと考えますので、なお一層のご利用やご支援・ご協力をお願いいたします。

今年も、ここにしかない「オンリー・ワン」の魅力を、「道の駅たかの」から多方面に発信できるよう、「真心ブランド」・「笑顔のふれあい」・「まちの元気印」をモットーに、元気いっぱい頑張っております。

道の駅たかの 駅長 根波 裕治

裏面につづく♪

新フレーバーのクラフトビール

1月9日（木）より、昨年発売した高野りんごの皮を使用した「アップルエール」に次ぐ第二弾として高野米を使用した「ライスエール」、高野産の「王様トマト」を使用した「トマトエール」の2種類がラインアップに追加されました。

「ライスエール」はスッキリとした味わいの中にお米の甘みを感じる一本に。

「王様トマトエール」はトマトの甘みや果汁感を感じられるフルーティーで飲みやすいビールに仕上がりました。見かけた際は是非飲んでみてくださいね♪

出荷者協議会通常総会を開催します

今年も下記日程で出荷者協議会の通常総会を開催いたします。総会後には、長年雪のエネルギー利用の研究に取り組み、雪冷熱エネルギーの実用化と多用途利用を実現させた先駆者である株式会社SnowBiz代表取締役の伊藤親臣氏による基調講演、その後には懇親会も予定しております。皆様お誘いあわせの上、是非ご参加下さい。

<総会スケジュール>

日時：2025年2月8日（土）

会場：上高自治振興センター

受付：13:00～

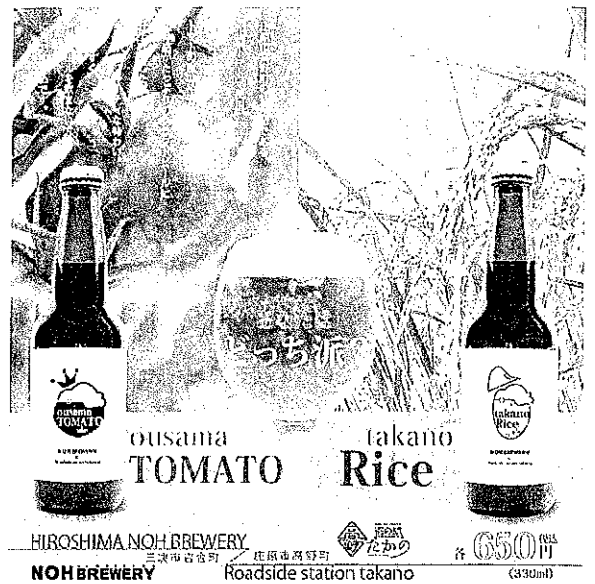
総会：13:30～14:20

研修会：14:30～15:30

基調講演『雪はすごい！空から宝物が降ってきた』

講師：株式会社SnowBiz代表取締役 伊藤 親臣氏

懇親会：15:45～17:30 ※表彰式も行います



各650円（税込）で販売中。中国新聞にも掲載されました。数量限定となっておりますのでお早めどうぞ！



(株)SnowBiz代表取締役で「雪先案内人」の伊藤親臣（よしおみ）氏。

今年の恵方は西南西やや西

早いもので1月も後半に差し掛かり、節分が近づいてまいりました♪カフェレストランそららでは今年も特製恵方巻を販売します！

昔ながらの「田舎巻き」、瀬戸もみじを使用した「カツ巻き」、新鮮な魚介類たっぷりの「海鮮巻き」に加え、低温調理で柔らかく仕上げた比婆牛のローストビーフを贅沢に巻いた「比婆牛ローストビーフ巻き」をご用意しました！今年も道の駅特製の恵方巻で福を呼び込みましょう♪

数量限定

恵方巻

ご予約承り中

2/2・3
11:00～17:00
18時以降は予約のみ

0824-86-3131

庄原のブランド牛

比婆牛

ローストビーフ巻き

1000円

2,300円

田舎巻き 800円

海鮮巻き 2,800円

カツ巻き 1,000円

ワンタンの巻物(10個)

セット!! 田舎巻海鮮巻きセット

2,800円

フルーツ(白桃) 恵方ロール2本セット

800円

【お引渡しについて】

場所：道の駅たかの

日時：2月2日（日）・2月3日（月）11:00～17:00

場所：各予冷库（庄原・口和・西城）

日時：2月3日（月）16:00