

市民のみなさんへ

庄 原 市

行政文書の発行について

令和7年2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
しょうばら脱炭素地域推進ニュース	表面	環境建設部 環境政策課
堆肥利用促進事業補助金のご案内	裏面	企画振興部 農業振興課
国営備北丘陵公園イベントのご案内		企画振興部 商工観光課
ふろむざすいむ		教育部 西城教育室
令和6年度 けんみん文化祭備北地区フェスティバル庄原大会		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		
庄原市老連 広報 第47号		生活福祉部 高齢者福祉課
庄原市農業委員会だより「恵みの大地」冬号		農業委員会
西城市民病院だより「すずらん」第55号		西城市民病院

※各戸配布一覧は裏面にあります

★ 各戸配布

表 題	備 考	担 当
令和7年度版庄原市ごみ収集カレンダー		環境建設部 環境政策課
しょうばら市議会だより第82号		議会事務局
備北消防だより		総務部 危機管理課
斎藤環先生に聴く！ 不登校・ひきこもり 家族と地域にできること		生活福祉部 社会福祉課
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





発行日	令和7年2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

サステナブル（持続可能）で健康な食生活



現在、食料自給率がカロリーベースで38%となっており、残りを輸入に頼っている日本は、食料の輸入に起因して海外の水環境や温室効果ガス排出に影響を与えていると言われています。

さらに、日本の食品ロス量は年間 472 万トンと推計されており、毎日大型（10トン）トラック約 1,290 台分を廃棄している計算になります。

出典：食品ロスを減らそう！今日からできる家庭での取組 政府広報オンライン
(<https://www.gov-online.go.jp/useful/article/201303/4.html>) を加工して作成

環境省「サステナブルで健康な食生活の提案」

- ・SDGs やパリ協定などの流れを受けて食の持続可能性に対する国内外の関心が高まっています。
- ・一人一人が今日から取り組めるアクションとして、サステナブルで健康な食生活の選択肢を紹介します。

① 食の地産地消・旬産旬消で美味しさや季節感を楽しみましょう！

- ・地域の旬の食材を食べることはエネルギーの抑制に貢献できます
- ・旬の食材は、おいしく、栄養価も高く、季節を実感できます
- ・地域活性化や食の安全保障にも貢献できます



② それぞれの生活にあった形で食の自産自消を楽しみましょう！

- ・家庭菜園など食の生産に携わることは、地産地消、旬産旬消の一形態として環境負荷低減になります
- ・食や環境の理解を深め、意識・行動の変化につながります

③ シカ肉やイノシシ肉などのジビエを食生活に取り入れてみましょう！

- ・農作物等の鳥獣害対策の後押しにつながります
- ・貴重な資源を無駄なく使うことにつながります
- ・地産地消の一形態として環境負荷低減や地域活性化に貢献できます



④ 食品ロスを減らすように心がけましょう！

- ・日本の食品ロスの約半分は家庭から出ています
- ・食品ロスの削減は、ごみの削減と温室効果ガスの削減につながります

出典：サステナブルで健康な食生活の提案 環境省（脱炭素ポータル）
(https://ondankataisaku.env.go.jp/carbon_neutral/topics/20210913-topic-10.html) を加工して作成



堆肥利用促進事業補助金のご案内

庄原市では、地域資源を活用した資源循環型農業の展開を推進しています。耕畜連携による家畜ふん尿堆肥の利用を促進して地力増進を図り、化学肥料軽減と低農薬栽培による安全・安心な農畜産物生産を推進し、消費者から支持される「安全・安心な農畜産物生産地」の地域ブランド確立を目指します。その施策として、市内で生産され一定の基準を満たした堆肥を購入した農業者等に対し、以下の内容で補助金を交付します。

○堆肥利用促進事業

1. 補助の対象となる堆肥

令和6年4月1日から令和7年3月31日までに購入した牛ふん堆肥、鶏ふん堆肥及び豚ふん堆肥とし、次の2項に該当するものとします。

- ①市内の農業者、市内の農業者で組織する団体、地域農業集団、農業生産法人、第3セクターまたはJA（以下「生産者」という。）によって生産されていること。
- ②生産者が特殊肥料生産業者届出および肥料販売業務開始届出をし、その写しを市長へ提出していること。

堆肥生産者の届出が行われていない場合、補助の対象となりませんので、堆肥の購入の際には、堆肥生産者または農業振興課・支所産業建設室・地域振興室へご確認ください。

2. 補助対象者

対象とする堆肥を年間 10 トン以上購入し、農産物生産に使用している市内の農業者または市内の農業者で組織する団体

3. 補助金の額

バラ売り堆肥	1トン当たり 850 円または購入経費の3分の1のいずれか低い額以内
袋詰堆肥	42 円／袋または購入経費の3分の1のいずれか低い額以内
年間の補助上限額	50 万円

注) 補助金の合計額に千円未満の端数が生じたときは、その端数金額を切捨てる。

4. 交付申請時期

堆肥を購入した年度の3月1日から3月31日まで

※土・日曜日・祝日を除く

5. 補助申請

申請書に、領収書等の写し（堆肥の種類、数量、金額が記載されているもの）を添付し、農業振興課・支所産業建設室（東城）・地域振興室（西城・口和・高野・比和・総領）へ提出してください。申請書等書類は農業振興課・支所産業建設室・地域振興室にあります。

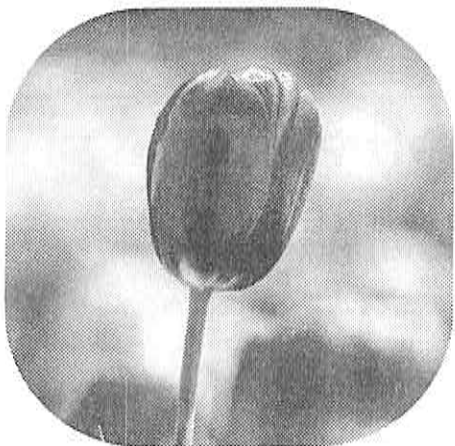
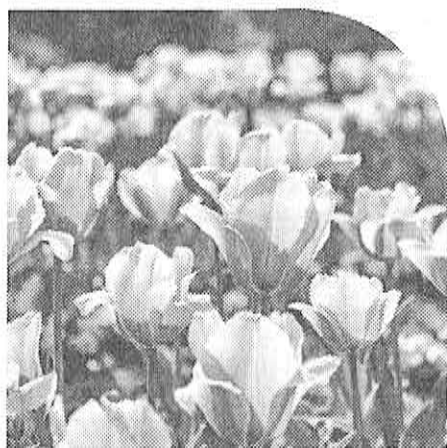
＜お問い合わせ先＞ 庄原市企画振興部農業振興課（TEL 0824-73-1227）（FAX 0824-72-3322）

E-mail: chikusan@city.shobara.lg.jp

西城支所地域振興室（TEL 0824-82-2181） 東城支所産業建設室（TEL 08477-2-5008）

口和支所地域振興室（TEL 0824-87-2113） 高野支所地域振興室（TEL 0824-86-2113）

比和支所地域振興室（TEL 0824-85-3003） 総領支所地域振興室（TEL 0824-88-3065）



BIHOKU FLOWER PICNIC

備北花ピクニック

2025

3.15 sat >>> 5.11 sun

9:30~17:00(入園は16:00まで)

休園日 3/17(月)・24(月)・31(月)、
4/7(月)・14(月)・21(月)、
5/7(水)

 国営備北丘陵公園

■入園料

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

■年間パスポート

おとな:4,500円、シルバー(65歳以上):2,100円
※年齢の確認できるものを持参。年間パスポート加入者は駐車料無料(大型は除く)

備北公園管理センター

〒727-0021

広島県庄原市三日市町4-10

TEL 0824-72-7000

■駐車料

基本	普通・軽:350円、大型:1,200円、二輪:200円
春・秋・冬 イベント期間	普通・軽:400円、大型:1,200円、二輪:200円
※春・秋・冬 イベント期間	「備北花ピクニック」「備北コスモスピクニック」「ウィンターイルミネーション」

※記載されている情報は2025年2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公園HP等でご確
認ください。

【問合せ先】

庄原市 企画振興部 商工観光課

TEL 0824-73-1179

FAX 0824-72-3322

メールアドレス kankou@city.shobara.lg.jp

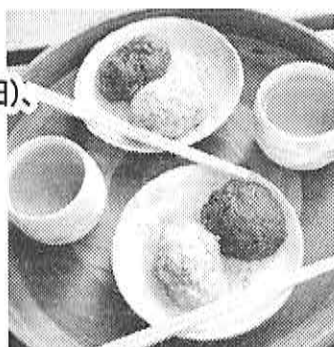


ひばの里 春イベント特集

◎日時 ◎場所
¥料金 ◎定員
※各イベントの受付は当日、開催場
にて行います
※各イベント写真・画像はイメージです

おはぎづくり

- ◎ 3月15日(土)・16日(日)、
20日(木祝)
9:30~16:30
(受付は15:30まで)
- ◎ ひばの里 上の農家
- ¥ 700円/組
- ◎ 15組/日



ふきのとう味噌づくり

- ◎ 3月22日(土)・23日(日)
9:30~16:30
(受付は15:30まで)
- ◎ ひばの里 上の農家
- ¥ 700円/組
- ◎ 15組/日



桜蒸しパンづくり

- ◎ 3月29日(土)・30日(日)
9:30~16:30
(受付は15:30まで)
- ◎ ひばの里 上の農家
- ¥ 700円/組
- ◎ 15組/日



桜押し寿司づくり

- ◎ 4月5日(土)・6日(日)
9:30~16:30
(受付は15:30まで)
- ◎ ひばの里 上の農家
- ¥ 700円/組
- ◎ 15組/日

箏の演奏会

演奏：県立庄原格致高等学校 邦楽部

- ◎ 3月23日(日)
①11:00 ②14:00
- ◎ ひばの里 さとやま屋敷
- ¥ 観覧無料



やまのおみやげや 木工教室

- ◎ 3月15日(土)~5月25日(日)の土日祝
※5/10(土)・11(日)は除く
9:30~16:30
(受付は15:30まで)
- ◎ ひばの里 木の工房
- ¥ 600円~/作品
- ◎ 30名/日



草木染め教室

- ◎ 3月15日(土)・16日(日)、
4月19日(土)・20日(日)、
5月10日(土)・11日(日)
9:30~16:30
(受付は15:30まで)
- ◎ ひばの里 やきものの工房
- ¥ 800円~/作品
- ◎ 30名/日

備庄焼陶芸教室

- ◎ 3月22日(土)・23日(日)、
4月5日(土)・6日(日)、
26日(土)・27日(日)、
5月3日(土)・4日(日)
9:30~16:30
(受付は15:30まで)
- ◎ ひばの里 やきものの工房
- ¥ 2,500円/作品(送料は別途必要)
- ◎ 30名/日

苔テラリウムづくり体験

- ◎ 3月29日(土)・30日(日)、
4月12日(土)・13日(日)、
29日(火祝)、
5月5日(月祝)・6日(火振休)
9:30~16:30
(受付は15:30まで)
- ◎ ひばの里 やきものの工房
- ¥ 800円~/作品
- ◎ 30名/日

詳細はHPをチェック! ▶



HP

各種 SNS でも情報発信中▶



Instagram



facebook



X



ふろむ ざ すいむ From the 水夢

Saljo warm water swimming pool

広報誌：ふろむ ざ すいむ 令和 7 年 2 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》

【プール室利用再開のお知らせ】

◎冬季に利用を中止していたプール室は

令和 7 年 3 月 1 日（土）より利用を再開いたします。

皆さまのご利用をお待ちしています。

プールをご利用のときは、水泳帽子が必要ですのでご持参ください。

《各教室・イベントの行事予定表》

○温水プール利用団体

フ…フジタ、さ…さざり、ア…アクア

○フィットネススタジオ利用団体

□…DA FRY CREW(ダンス・スクール)、□…コンディショニング&ボディメイク

い…いざなみ BC(旧西城シニア)

3 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 休館日	4 フ	5 さ□	6 い	7 ア	8
9	10 休館日	11 フ	12 さ□	13 い	14 ア	15
16	17 休館日	18 フ	19 さ□	20 い	21 ア	22
23	24 休館日	25 フ	26 さ□	27 い	28 ア	29
30	31 休館日					

4 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 フ	2 さ□	3 い	4 ア	5
6	7 休館日	8 フ	9 さ□	10 い	11 ア	12
13	14 休館日	15 フ	16 さ□	17 い	18 ア	19
20	21 休館日	22 フ	23 さ□	24 い	25 ア	26
27	28 休館日	29	30			

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！！(17)》

おうちでやってみよう！(第12回)

種目名「インナーサイ」

効果 内転筋(太もも内側)、中殿筋(お尻)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イスに座って姿勢を正し、足は正面に向けて揃えておく。
- ②足を正面に向けたまま太ももを外側に開いていき、お尻の横の筋肉に力が入る所まで開ききったら、2秒停止する。

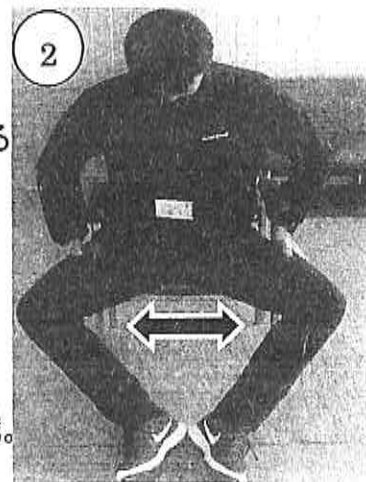


足を開く ➡

➡ 足を閉じる

☆ポイント

- ①ゆっくり、丁寧に動作する事で目的の筋肉を意識しやすくなる。
- ②足を開く時はお尻の筋肉、閉じる時は太もも内側の筋肉を使っている事を意識。



※注意点

- ①体調に気をつけて安全に実施する。(身体に痛みがある場合は無理をしない)
- ②姿勢が崩れないように注意する。(座り姿勢、足の位置と向き)
- ③足を開いた時に、両足のかかとが離れないように注意する。(動作が不安定になる)

～ひとこと～

足を開いて閉じるシンプルな動作ですが、意識して鍛えにくい太ももの内側、お尻の筋肉を鍛える事が出来ます。股関節周りのそれらの筋肉が強化される事で、立ち座り動作の安定性の向上や、姿勢が改善される事により腰痛の予防にも繋がってきます。また、イスに座った状態で行うことにより、他の部位への負担も少なく安全に効果的に鍛える事が出来ます。

寒い季節ですが、無理をしない運動を継続する事で元気な身体を作っていきましょう。





けんみん文化祭ひろしま'24

Kenmin bunkasai hiroshima'24

入場無料

令和六年度

そだてよう
あなたとわたしで庄原の文化を

備北地区フェスティバル

けんみん文化祭

庄原大会

日時

令和7年

3月16日(日)

9:00開場

9:30開会

場所

庄原市東城文化ホール

(庄原市東城町川東1188-2)

出演
団体

民謡民舞

●みのり民謡会

[東城支部]

邦楽

●都山流尺八「牧友会」

[庄原支部]

●都山流尺八「青竹の会」

[庄原支部]

●日本尺八連盟 庄原幹部会

[庄原支部]

●邦楽グループ 潮音

[庄原支部]

日本舞踊

●花ノ本寿百弘社中 稽合

[口和支部]

銭太鼓

●スマイルの会

[東城支部]

大正琴

●琴城流大正琴 東城支部

[東城支部]

芸能

●アロハローセ庄原

[庄原支部]

●尾道ばやし保存会

[東城支部]

●坂井優一 Japan pop music ★SIN★

[庄原支部]

●庄原タヒチアンガールズ

[庄原支部]

●フラダンス同好会

[東城支部]

●モアナフラ

[庄原支部]

合唱

●コーラスグループ あんだんて

[口和支部]

●庄原女声ウィオレッテ

[庄原支部]

●ジュニア合唱団 やまびこ

[庄原支部]

●東城コールエコー

[東城支部]

【主催】 けんみん文化祭備北地区フェスティバル庄原大会実行委員会・庄原市文化協会
【後援】 庄原市・庄原市自治振興区連合会・東城自治振興区・NPO法人庄原市芸術文化センター
【問い合わせ】 大会事務局 TEL.090-7139-0821(澤)・TEL.090-2095-9020(松苗)

【共催】 庄原市教育委員会

令和6年度けんみん文化祭備北地区フェスティバル 庄原大会プログラム

開会式 9:30～

午前の部 10:00～

	分野	団体名	支部
1	大正琴	琴城流大正琴 東城支部	東城
2	芸能	尾道ばやし保存会	東城
3	合唱	庄原女声ヴィオレッテ	庄原
4	合唱	ジュニア合唱団 やまびこ	庄原
5	邦楽	都山流尺八「牧友会」	庄原
6	邦楽	都山流尺八「青竹の会」	庄原
7	民謡民舞	みのり民謡会	東城
8	銭太鼓	スマイルの会	東城
9	芸能	モアナフラ	庄原

うどん・炊込みご飯
コーヒー・お茶席
お土産の販売
ぜひ、ご利用ください。

午後の部 13:00～

	分野	団体名	支部
10	邦楽	日本尺八連盟 庄原幹部会	庄原
11	邦楽	邦楽グループ 潮音	庄原
12	芸能	アロハローゼ庄原	庄原
13	芸能	庄原タヒチアンガールズ	庄原
14	芸能	坂井慎一 Japan pop music ★SIN★	庄原
15	日本舞踊	花ノ本寿百弘社中 椿会	口和
16	芸能	フラダンス同好会	東城
17	合唱	コーラスグループ あんだんて	口和
18	合唱	東城コールエコー	東城

お楽しみ抽選会

14:55～

審査結果発表・閉会式

15:20～

受付時に、先着100名様に抽選
会用の番号札をお渡しします。
どうぞご参加ください。



令和7年2月20日 第225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 taikyou@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



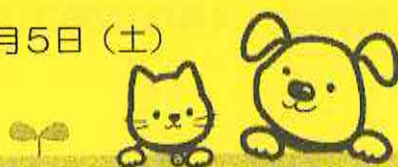
令和7年度クラブ活動種目が 決定しました！



令和7年度、次のとおりクラブを実施することになりました。毎日の暮らしを明るく豊かに過ごすために「健康の保持増進と体力づくり」に取り組みましょう。

番号	種目	期間	実施時刻	実施場所	定員	担当
1	ミニテニス(月)	4～3月	毎週(月)9:30～11:30	総合体育館アリーナ	20	佐藤 勉
2	ミニテニス(水)	4～3月	毎週(水)9:30～11:30	総合体育館アリーナ	20	兼本長命
3	ラージボール卓球 (初心者)	4～3月	毎週(木)9:30～11:30	総合体育館アリーナ	30	岩本里美
4	ラージボール卓球	4～3月	毎週(土)13:30～15:30 ※アリーナが使用できない日は金曜日に 振り替える場合があります	総合体育館アリーナ	30	竹下喜多留 上藤純子 意加美信子
5	キッズ体操 前期 (対象年齢は、概ね年少組 から小2です。)	4～9月	毎週(月)16:15～17:00	総合体育館武道場	20	小原秀之
6	シェイプアップ EX 前期	4～9月	毎週(月)16:00～17:00	武道場 or 保健福祉センター	25	小原美恵子
7	エアロビクス 前期	4～9月	毎週(土)9:30～10:30 ※月3回 第4週目は実施しません	総合体育館武道場	25	小原美恵子
8	ヨガ 前期	4～9月	毎週(土)10:30～11:30 ※月3回 第4週目は実施しません	総合体育館武道場	25	小原美恵子
9	喜楽体操 前期 (対象年齢は、中高年です。)	4～9月	毎週(木)10:00～11:30	総合体育館武道場	20	井堂倫也
10	ペタンク(奇数週) ユニカール(偶数週)	4～3月	奇数週(金)9:30～11:30 偶数週(金)9:30～11:30	庄原市多目的広場 総合体育館アリーナ	20	竹本健三 藤原佳敏
11	エスキーテニス	4～3月	毎週(土)13:30～15:30	武道場 or アリーナ他	20	土屋秀子
12	グラウンド・ゴルフ	4～11月	4月・5月・9月 毎週(火)9:30～11:30 6月・7月・8月 毎週(火)9:00～11:00 11月 毎週(火)13:30～15:30	庄原市スポーツ広場	30	竹本健三
13	スローピッチソフトボール	4～10月	毎週(木)18:30～20:30	庄原市スポーツ広場	20	庄原市ソフト ボールクラブ

※ 新年度の活動開始は、4月5日(土)
を予定しています。



クラブ会員の入会受付けは
3月17日(月)からです。

※実施場所や講師の都合により
予定が変更する場合があります
ので、あらかじめご了承ください。

出前体験教室

ニュースポーツの普及と生涯スポーツの習慣化を目標に、スタッフ一同、皆さまのニーズに合った各種スポーツ活動を、要望に応じて出前体験教室を行っています。

それぞれの地域で行われるサロンや集会へ、スタッフが道具を持参して伺い一緒に活動します。スポーツ活動の環境づくりの推進につとめています。遠慮なく声を掛けてください。連絡は庄原さくらスポーツクラブ事務局（TEL0824-72-6880）までお願いします。



3月の活動予定カレンダー

庄原さくらスポーツクラブ

3月		アリーナ	武道場	保健福祉センター	多目的広場
1	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 13:30~15:30 エスキーテニス		
3	月	9:30~11:30 ミニテニス(月)	16:00~17:00 キッズ体操	16:00~17:00 シニアエクササイズ(チェアービクス)	
5	水	9:30~11:30 ミニテニス(水)			
6	木	9:30~11:30 ラージ卓球木	10:00~11:30 高齢体操		
7	金				9:30~11:30 ベタンク
		13:30~15:30 ラージ卓球土			
8	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		
10	月	9:30~11:30 ミニテニス(月)	16:00~17:00 キッズ体操	16:00~17:00 シニアエクササイズ(チェアービクス)	
12	水	9:30~11:30 ミニテニス(水)			
13	木	9:30~11:30 ラージ卓球木	10:00~11:30 高齢体操		
14	金	9:30~11:30 ユニカール			
15	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 13:30~15:30 エスキーテニス		
17	月	9:30~11:30 ミニテニス(月)	16:00~17:00 キッズ体操	16:00~17:00 シニアエクササイズ(チェアービクス)	
19	水	9:30~11:30 ミニテニス(水)			
20	木	祝日(春分の日)なのでお休みします			
21	金				9:30~11:30 ベタンク
22	土	13:30~15:30 ラージ卓球土	13:30~15:30 エスキーテニス		
24	月	9:30~11:30 ミニテニス(月)	16:00~17:00 キッズ体操	16:00~17:00 シニアエクササイズ(チェアービクス)※第二会場	
26	水	9:30~11:30 ミニテニス(水)			
27	木	9:30~11:30 ラージ卓球木	10:00~11:30 高齢体操		

年度末(3月28日金曜日)から年度始まり(4月4日金曜日)までは、お休みします



総合体育館だより

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

庄原市総合体育館



令和7年2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

syogaigakusyu@city.shobara.lg.jp

感謝祭

【開催日】令和7年3月16日(日)

無料開放やイベントに参加される方は屋内用シューズを持参してください。

●アリーナ無料開放 8:30~17:00

●トレーニング室無料開放 8:30~21:30

(トレーニング器具使用講習会受講済みの方が対象です)

●イベント情報

①ブレイズポッド体験会(11:00~12:00)

動体視力や瞬発力を鍛えるトレーニングツールです。

ランダムに置かれたポッドのうち、光ったポッドを順番にタッチします。

②ストラックアウト(14:00~15:00)

的を狙ってボールを投げ、何枚抜くかを競います。

●テニス大会(硬式)

【日 時】 令和7年3月16日(日) 8:30~18:00

雨天予備日: 令和7年3月22日(土)

【場 所】 庄原市テニスコート

【種 目】 硬式テニス『男子ダブルス、女子ダブルス』

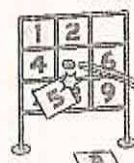
【対 象】 中学生以上

【参加費】 1,000円(賞品代として)/1組

※参加費は当日、大会主管者に直接お支払いください。

【その他】 お申し込みは総合体育館窓口、電話、FAX等で受け付けます。

締め切りは、令和7年3月9日(日)です。



コアコンディショニング教室

【日 時】 令和7年3月23日(日) 15:00~16:00

【対 象】 小学生以上

【定 員】 12名

【参加費】 700円

【その他】 お申し込みは総合体育館窓口、電話、FAX等で受け付けます。

体の中心部分【コア】を整えて、快適なカラダ作りを目指します。ストレッチボールなどを活用したエクササイズです。



トレーニング器具使用講習会のご案内



トレーニング室を利用する方は、安全にトレーニング器具を使用するために「トレーニング器具使用講習会」を受講していただいています。

受講対象は高校生以上となっていますが、3/20実施の講習会に限り、中学校3年生以上を対象とします。
(但し、『トレーニング室利用は高校生以上』となっているため、受講後の利用は4月以降となります)

【実施日】 令和7年3月20日(木・祝)

【時 間】 10:00~12:00

【参加費】 無料

【その他】 屋内用シューズを持参してください。

お申し込みは、体育館窓口、電話、ホームページで受け付けます。



令和7年3月行事予定 ※2/7現在

総合体育館 (アリーナ)		
1日(土)	8:30 ~ 12:00	庄原市レベルアップスポーツ教室(バスケットボール) (庄原市生涯学習課)
2日(日)	8:30 ~ 17:00	庄原市レベルアップスポーツ教室(卓球) (庄原市生涯学習課)
3日(月)	17:30 ~	令和7年4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17:50開始 ※さくら球場利用調整会議は18:00開始
8日(土)	8:30 ~ 17:00	庄原地区小学生バレーボールさよなら交流会 (西城バレーボールスポーツ少年団)
16日(日)	8:30 ~ 17:00	体育館感謝祭(総合体育館自主事業)
20日(木・祝)	8:30 ~ 17:30	北備剣道大会 (庄原市剣道連盟)
総合体育館 (トレーニング室)		
3日(月)	18:00 ~ 20:00	フリーウェイトアドバイスの日
11日(火)	18:00 ~ 20:00	トレーニングアドバイスの日
25日(火)		
20日(木・祝)	10:00 ~ 12:00	トレーニング器具使用講習会
◆◇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。>		
15日(土)・29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。ご利用を検討する場合は、主催団体等にご確認ください。
※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。

庄原市老連

Shoubara-Shirouren-Koho

広報



第 47 号

2025 年(令和 7 年)
2月5日 発行

庄原市老人クラブ連合会

庄原市西本町四丁目 5-26

TEL : 0824-74-6304



庄原市長
木山 耕三

新年あけまして

おめでとうございます

皆様におかれましては、健やかに新春をお迎えのこととお慶びを申し上げます。旧年中は、高齢者福祉行政をはじめ、市政全般に格別のご理解とご協力を賜りましたこと、厚くお礼を申し上げます。昨年を振り返りますと、元日の能登半島地震や、9月の奥能登豪雨など、自然災害が相次いだ一年であったと存じます。

被災された皆様並びにご家族の皆様にご心よりお見舞いを申し上げます。被害を受けられました皆様が一日も早く平穏な日常に戻られますことを心よりお祈り申し上げます。さて、本市では、昨年3月に「第9期高齢者福祉計画・介護保険事業計画」を策定し、高齢者の皆様方が住み慣れた地域で、健康に暮らし続けられる地域社会の実現を推進いたしております。そうした中、庄原市老人クラブ連合会の皆様におかれましては、高齢者の生きがいや健康づくりをはじめ、近年、社会問題となっている特殊詐欺や交通事故の未然防止に向けた「日常生活安全研修」の開催など、高齢者の皆様

が安全で安心な日常生活を送ることができるよう「まちづくり」に、多大なるご貢献をいただいているところでございます。貴連合会が精力的に展開されておられます多様な活動は、本市が目指す「高齢者の自立と安心を支えるまちの実現」に欠かせないものであり、児島会長様をはじめ会員の皆様の熱意とご尽力に深甚なる敬意を表しますとともに感謝を申し上げます。結びに、貴連合会並びに皆様にとりまして本年が発展と向上の一年となりますよう、心よりご祈念申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。



会長
児島 茂春

謹んで新春のお慶びを

申し上げます

皆様には健やかで希望に満ちた新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。旧年中は本会に対しまして格別のご理解ご協力を賜り厚くお礼申し上げます。さて、少子高齢化と人口減少社会が進行する中、高齢者の抱える問題は一層深刻化しており、益々老人クラブの役割が重要となっております。

基盤とした組織であり、高齢者の生きがいや健康づくりを目的として体操やスポーツなどの活動を行いながら集いの場の役割を果たしてききましたが、現在では、高齢者福祉分野に限定せず、地域づくりや健康づくりに資する取り組み、また、世代間の交流に資する取り組みなど地域共生社会の実現に向けた活動を行い、地域の担い手としての補完的役割を果たしてまいります。地域に根ざした老人クラブとして、市行政や関係機関と連携して、地域で元気に生活できる社会を構築していかねければなりません。私たち老人クラブのメインテーマであります「のぼる健康

寿命、担おう地域づくりを」を礎に活動を推進して行きます。また、各市町老連の抱えるクラブ会員の減少につきましては、本会にとりましても大きな問題であり、本年度も引き続き皆さんのお知恵を借りながら会員増に向けた取り組みを行って参りたいと考えています。どうか本年度もなお一層のご支援ご協力を賜りますようお願い申し上げますとともに、皆様のご健康で幸多き年となりますようお祈りいたしまして本年度のご挨拶とさせていただきます。

令和6年度地域指導者研修会開催

県老連指定研修でもある令和6年度地域指導者研修会は、理事を対象とした研修会と若手委員・女性委員を対象とした研修会を2回に分けて開催しました。



二宗様

理事を対象とした研修会は、12月10日、理事会終了後、(株)ヤクルト山陽の二宗真平様による「眠れて

いますか? より良い睡眠のための健康管理」と題して講演をいただきました。睡眠には、レム睡眠(浅い眠り)とノンレム睡眠(深い眠り)があり、これを数回繰り返しているそうです。

良い睡眠をとるためには、交感神経を抑え、副交感神経を優

位にする必要があるということ

で、食事・運動・入浴・環境に配慮して心身ともにリラックス

スできる準備が大切であるということでした。

また、近年の研究で、脳と腸は互いに神経やホルモン分泌を通じて関係しあっている、乳酸菌の役目が大事であるということでした。



続いて、若手委員・女性委員を対象とした研修会は、1月21日、社会福祉協議会の坂本駿人さんと賀島和弥さんの両コーディネーターをお迎えし、「安心して暮らすための制度」と題して講演をいただきました。



坂本様

社会福祉協議会の事業の一環に「福祉サービス利用援助事業(通称「かけはし」)」があります。



賀島様

これは、地域で必要なサポートを受けながら、自分らしく生活できるように権利を擁護することを目的に制定されたものです。この「かけはし」の利用対象となる方は、契約の内容は理解できるが、一人では物事を決めることが不安

な方、日々の暮らしに必要なお金の管理に困っている方などで、その内容は、福祉サービスの利用援助、日常生活上の契約や届出等の行政手続きに関する援助、また、預金の払い戻し・解約・預け入れの手続等利用者の日常生活費の管理等です。利用を検討したい方は社会福祉協議会にご相談ください。

講演の後には、特別出演の浮沼亭冷奴師匠の落語で大いに笑い盛り上がりしました。師匠の本名は升井絃さんで三次市老連の理事をされておられます。その昔、仕事で東京単身赴任中、演芸場に通う

内、落語にはまられたということ、退職後、独学で古典落語と創作落語に挑戦されています。また、現在、小学生に子ども落語の指導もされておられます。皆さんも地区老連や単老でお招きされたら如何でしょう。



新春のお慶びを申し上げます



巳

顧問

住田 鉄也 (北)

会長

児島 茂春 (東)

副会長

川崎 弘子 (口和)

早田 義範 (峰田)

今田 容子 (西城)

理事

佐藤 勉 (庄原)

和田 正臣 (高)

田邊 困恵 (峰田)

船頭 宏 (敦信)
重久 富貴江 (敦信)
森藤 義昭 (東)
原田 幸子 (東)
児玉 祥功 (山内)
河面 浩子 (山内)
黒田 清隆 (北)
生田 幸恵 (北)
山野 精莊 (西城)

理事

杉原 宏二 (東城)

近藤 光香 (東城)

徳市 正仁 (口和)

奥田 謙二 (高野)

佐中 慶子 (高野)

松長 等 (比和)

細田 絹子 (比和)

秋山 愿 (総領)

横山 澄江 (総領)

若手委員長

田邊 宣彦 (口和)

若手副委員長
佐倉 和子 (峰田)
監事
長谷川 厚良 (西城)
広田 保男 (敦信)
事務局長
清水 健治
事務局員
金口 啓子



短歌・俳句・川柳紹介コーナー

短歌

雨止みて今治城の天守閣

来島大橋遙かに見ゆる

井上 寿美 (東)

休耕田ひろびろと咲くコスモスを

手折れば苦し花散りにけり

山本 照子 (西城)

梅もどき赤き小さきつばらな実を

びっしり付けて秋はたけゆく

荒木 純子 (西城)

風が鳴く木の葉を落とし風が鳴く

葉は落ちゆきて山は縮まる

織田みね子 (西城)

俳句

朝もやに紅葉否や山ぼやけ

森藤 義昭 (東)

今年また思いし歩く赤もみじ

児島 茂春 (東)

落葉ふみ観光めぐり老いの友

山口 晏章 (東)

さわやかな秋の今治バスの旅

城田 栄子 (東)

あきのたび夫婦別席バスの中

山口ももえ (東)

※ 東地区老連の皆さんは、今治へ旅行された際につくられた一筆です。
4ページに関連記事あり。

川柳

老いるとは喜怒哀楽の積み木箱

荒木美智子 (敦信)

孫たちの元気な声にちからわく

奥田 謙二 (高野)

田舎道生活バスもガラガラだ

甲下 悦子 (総領)

懐かしや瀬戸内海のうつくしや

青木 健壮 (東)

乙巳(きのとみ)年におもう

山内地区老連 会長 児玉祥功

昨年の広報誌に、甲辰年について「良きにつけ悪きにつけ変化の多い年回り」と書きましたが、新年早々能登半島大地震、さらには羽田の飛行機事故、再び能登が集中豪雨に見舞われるという暗澹たる出来事が続き、はたまた政界では出鱈目裏金事件が連日マスコミを賑わせるという異様な事態。日本列島がすっぱり暗雲に包まれてしまいました。その中であって数少ない朗報は、被爆者団体の「核廃絶運動ノーベル平和賞受賞」でした。それは、核兵器を無くし平和な世界を実現するという「悲願」からも、とても大きな受賞だったと思います。

さて、今年は乙巳年。蛇が脱皮を繰り返すことから、「復活・再生」や「新しく産まれてくる」「将来・未来がある」「平和をもたらす」といった干支上の意味を持つようです。

わが国はもとより、世界中を見回しても、ロシアやイスラエルなど人類による非人道的行為が後を絶たない今日、巳年への淡い期待感がつのります。

しかし、人類の明日をまさか蛇にばかり託すわけにはいきません。幸い「目標に向かって不断の努力をする」という干支上の意味もあるようなので、祈りをこめて **Stop The War!** といきたいものです。今年一年良い年になりますよう……。



秋の親睦・研修旅行

東地区老連会長 森藤義昭

恒例となりました「秋の親睦・研修日帰り旅行」。

今年は、四国の今治を計画し、去る12月6日、「東自治振興区老人部&東地区老連」で参加者41名の大多で午前7時半、今にも泣きだしそうな空模様の中出発しました。途中雨が降り始めましたが「しまなみ海道」の来島海峡SAまで来ると雨も上がり、この時期での旅行日和となりました。

今治城（吹揚城）の天守閣はエレベーター無しで階段ですが、ご高齢の方も大半は元気で登られ、市街を眺めては気持ち良さそうに談笑されていました。

疲れたところで次は楽しみの一つ、湯ノ浦温泉「汐の丸」で、美味しい懐石料理に舌鼓を打ち、お酒を酌み交わしました。

お酒を飲まない方は、入浴でサッパリされたようです。

午後からは「さいさいきて屋」で買い物時間です。皆さん大きな買い物袋をバスのトランクに積み込んでいました。さらに帰りに回り道してもらいミカンの買い物をして、予定より一時間も超過した楽しい旅行で一日を過ごしました。

最後になりましたが、東自治振興区老人部も東地区老連も区民の親睦と交流による高齢者相互の支援と健康寿命の増進に努める事業を展開しています。



文化教養同好班

フリータイム比和の紹介

代表 細田絹子（比和地区老連）

私達はメンバー8人（殆どが一人暮らし）で活動しています。とても気の合った仲間、あまり厳しい決まりはありません。暇ができた時など農業の合間にやっています。

また、活動内容も予定より変更することもあります。主に生花、手芸、絵手紙などで絵は得意な人だけ書いておられます。それに今一番はまっているのは、ワンコインで出来るかご作ります。小学生の工作の時間のように、わくわくしながら楽しい時間を過ごしています。

そしてフリータイムの一番大事なことは、みんなが集まり楽しくおしゃべりすることです。認知症予防や安否確認が出来ることです。これからとても大事な事だと思っています。無理せず年に似合った事をポツポツやって行こうと思っています。



編集後記

昨年の秋（9月～11月）日本の平均気温が過去最高となり、地球温暖化が一層進むと思われると思いますが、新しい年を温かく元気で過ごそうと思っています。

さて、振り返ってみますと、昨年の5月24日、総会後のステージ発表で各地区老連より一名がカラオケを歌い、その時の状況がDVDに収められています。

秋に行われた第17回グラウンド・ゴルフ大会に初めて参加しましたが、丘陵公園北口では、開園を待つ車や人が道路にあふれ、多くの出場者が熱戦をくり広げました。大会運営の役員や事務局の皆さん準備も大変だったでしょう。

11月3日、庄原地区では「まちづくり交流フェスタ」が開催され、庄原地区の老人会の活動を写真や絵手紙で工夫してパネル展を行い、PRを初めて行いました。

市老連の皆さん、各地区の自治振興区や自治会と協力して創意工夫を行い、更に活動を広げていきましょう。（佐藤）



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

☎ 0824-74-6304

☎ 080-8985-2569

✉: shou.rouren09@gmail.com

庄原市生活福祉部

高齢者福祉課高齢者福祉係

☎ 0824-73-1143

Fax 0824-75-0245

✉: kourei-oureisya@city.shobara.lg.jp



恵みの大地

冬号 No.009

- 庄原市農業委員会の理念●
- ①担い手への農地利用の集積・集約化
 - ②遊休農地の発生防止・解消
 - ③新規参入の促進

令和7年2月20日(第9号)

編集・発行
庄原市農業委員会 広報委員会
TEL 0824-73-1133
FAX 0824-72-3322
MAIL nougyou@city.shobara.lg.jp



がんばってます！ 「庄原の畜産農家」



庄原市では長きに渡り、牛を自然の恵みとして、そして家族の一員として畜産業が営まれてきました。しかし、施設の維持管理費や飼料代の高騰が続き、経費を価格転嫁することも難しく、収入増が見込まれないことから畜産農家が減少しています。庄原市では、2000年には834戸あった和牛・乳牛農家が2023年現在では176戸まで減少しています。

そんな厳しい状況の中でも、畜産農家の方々は先人から受け継いだ畜産業を未来につなげようと日々活動していっています。

今回は畜産農家のお仕事や子どもたちの体験会等の活動の様子を写真にてお届けします。

(注) 体験会は安全面・衛生面に十分配慮して行っております。



農地の取得と運営について

Q 耕作するために農地を取得したいのですがどのような手続きが必要ですか？

A 農地を耕作目的で他人から売買・贈与等で取得する場合には、農地法第3条による農業委員会の許可が必要になります。この許可を受けないで行った売買・贈与・賃借行為は無効になりますので、必ず許可の手続きを行ってください。

Q 農地はどれくらいの面積から取得できるのですか？

A 令和5年4月1日に農地法が改正され、下限面積の要件が撤廃されました。そのため、農地を取得するのに面積を制限することはありません。

Q 新しく農業を始めるのですが、計画書のようなものは必要ですか？

A 新規に農業を始める方の場合、取得許可申請のために営農計画書を作成していただく必要があります。許可後は営農計画書の内容に沿って耕作を進めていただきます。

Q 農地を取得する許可を受けるには条件があるのですか？

A 農地法第3条の許可を受けるためには、次の要件を満たす必要があります。

【主な要件】

- 農地の全てを効率的に利用すること。
（作業に必要な機械の所有状況、労働力、技術の有無など）
- 必要な農作業に常時従事すること。
（農業経営のために必要な農作業に年間従事する日数）
- 周辺の農地利用に支障がないこと。
（周辺農地の集約化や水利用への影響の有無について）
（地域計画（※）の達成に支障がないことについて）

※地域計画とは、令和5年4月1日施行の改正農業経営基盤強化促進法により、法定化された地域の話し合い等により策定する計画です。

※申請書については、下記のホームページが農業委員会事務局までお問い合わせください。

くわしくは
こちらから
ご覧ください。

▶ 農地の取得に
ついてはこちら



▶ 申請書については
こちら



ホームページ

庄原市農業委員会

検索

電話番号、メールアドレスについては、
表紙をご覧ください。

農業情報満載

全国農業新聞

700円／月 毎週金曜日発行

庄原市農業委員会事務局(0824-73-1133)または、
各地域の農業委員・推進委員に申し込みください。

一人ひとりの農業者を応援する

農業者年金

3つの条件を満たせばどなたでも加入できます。

60歳
未満

国民年金
第1号
被保険者

年間60日
以上
農業従事

市長・議長へ農業施策に関する意見書を提出しました。



令和6年11月19日に、庄原市長と庄原市議会議長へ農業施策に係る意見書を提出しました。提出の際、市長・議長と意見交換を行い、執行者、議会、党派を超えて負託に応えていただきたいということを伝えました。

この意見書は、農業委員会等に関する法律第38条の規定に基づき「農地等の最適化の推進」に関する事務を効率的かつ効果的に実施するために、意見を提言するものです。

意見書の主な内容は次のとおりです。

1. 農業・農業用施設災害復旧について
2. 「地域計画」実行のための支援について
3. 有害鳥獣対策について
4. 農業経営者に対する経済対策について
5. 経営所得安定対策等について
6. 農地の転用（太陽光発電設備）に関するガイドライン等の策定について



農家のつぶやき

美味しいリンゴを届けたい

私は高野町のリンゴ農家です。

2024年は果樹農家にとって厳しい年になりました。温暖化の影響で例年よりリンゴの日焼けや病気、害虫の大量発生による被害も多くなったと感じています。

気候変動による環境の変化で農業の対応も大変になりますが、そのような状況でも品質の良いリンゴを作るためにはどうすればよいのか研究をしていきたいです。

リンゴを買ってくださるお客様にも、高野のリンゴの魅力とともに、作ることの大変さも伝えていくことも知っていただいて、美味しいリンゴを楽しく食べていただきたいです。

高野町 Oさん



おっきなリンゴをとったぞー！

「鹿、増加中!!」



▲鹿の角で作られた笛



▲鹿の角で作られたナイフの柄

近年、鹿による農作物への被害が増加傾向にあります。農林水産省の調べによると、令和5年度の全国の野生鳥獣の被害は164億円で、その内70億円は鹿による被害とのこと。広島県では3年前から鹿の生息範囲が北上し、庄原市内でも20頭以上の鹿の群れが目撃されています。鹿による農作物被害に加え、道路への飛び出しで自動車と衝突する事故や、春の季節に鹿が落とす角が農作業機械に巻き込まれて故障につながるトラブルも増加していますので注意が必要です。

一方、鹿が落とす角は縁起物として部屋に飾ったり、加工してバードコールや人への合図をする笛や、手に馴染みやすく、力を込めやすいナイフの柄になる等、意外な活用方法があるようです。

しかしながら、鹿の登場は農家にとっては新たな悩みの種で、大きな被害となる前に早急な対策が必要となるでしょう。



▲庄原市内で確認された鹿の群れ

庄原市食育ポスターコンクール 令和6年度受賞作品紹介!

庄原市主催の市内の小学生を対象とした食育ポスターコンクールが今年度も開催されました。令和6年度の農業委員会長賞・農業委員女性委員特別賞に輝いた2作品をご紹介します!



農業委員会長賞
永末小学校4年 藤原 希

農業委員会女性委員特別賞
高小学校4年 林 若葉



編集後記

降雪と北風が続く中、いかがお過ごしでしょうか。気温は冷え、財布もなかなか温まらない今日です。

米の価格上昇にともない、お店では輸入米を度々見かけるようになりました。安さは魅力ですが、日本米は世界に誇れる食材。価値が高くて当然ではないかという思いと同時に、美味しい日本の食材を一生懸命作ってくださる農家のみなさまに感謝しなければならぬと感じました。

厳しい寒さや逆風にさらされようと、誇れるモノはしっかりと温めて守っていききたいものです。



すずらん

第55号

2025.2



西城市民病院だより

庄原市立西城市民病院

広島県庄原市西城町中野1339番地

TEL:0824-82-2611(代)

FAX:0824-82-2012

✉ saijyou-hospital-soumu@city.shobara.lg.jp

田中副院长比和地域を歩く!

地域の医療を継続的に確保するため、当院では移動診療車を活用した巡回診療を行っています。現在、西城町の小鳥原・高尾地区、東城町の小奴可地区と内堀地区、比和地域で実施しており、診療地域の拡大を図ってきました。併せて、在宅医療・介護が必要な方で通院できない方々のために、訪問診療や訪問看護・訪問リハビリを行っています。

当院の田中惣之輔副院长は、毎週比和地域の訪問診療に携わり、在宅療養の方や家族が自宅で安心して過ごせるよう支援していま



訪問診療風景



当院での診療風景

す。体調や生活の変化を見逃さず、雪道を「早く行ってみないと!」と言いながら患者さまの家に急ぎます。今日も、雪道の中を歩いて訪問診療をしました。移動診療や訪問診療は地域の方々に喜ばれ、とても頼りにいただいています。先生は、「避けられそうにない人口減少など、私たちを取り巻く社会情勢は厳しいですが、今こそ当院が推進する地域包括ケアシステムを発揮して、地域の医療に取り組みたいと思っています。」と語りました。

当院では、訪問看護や訪問リハビリ、居宅介護支援事業(ケアマネジャー)を比和地域で展開しており、地域の方々と連携を密にしながら笑顔で関わらせていただいています。

基本理念 市民の皆さまが安心して暮らせ心の支えとなる病院に

～過疎地域における将来にわたって安定した医療の提供と
市民の健康を守り安心して医療が受けられる体制整備に向けて～



基本方針

1. 患者さま第一の、満足いく医療を提供します。
2. 保健・医療・福祉・介護と連携し、地域で安心して暮らせるよう支援します。
3. 救急医療を充実させ、安全で質の高い医療を提供します。
4. 患者さまのプライバシーを尊重し、わけへだてのない医療を提供します。
5. 常に自己研鑽に努め、明るく働きがいのある職場環境づくりをめざします。

飛び出す！西城市民病院グループ出前講座

当院では、出前講座を行っています。講座は、地域と病院が、健康の大切さを共有できる場として、市民の皆さまに喜んでいただいております。皆さま、是非ご利用ください。

申込み・問い合わせ先

西城市民病院 地域連携室

TEL:0824-82-2636 FAX:0824-82-2012



R7.1.13(月)

大屋今柳会新春講演会で...
高齢者の健康管理について

[郷力院長による]



R6.11.8(金)

西城ケアマネ会研修で...
高血圧について

[吉光内科医長による]



R7.1.16(木)

愛善苑職員研修で...
高齢者の口腔衛生(入れ歯の手入れ)について

[歯科衛生士による]



R6.11.15(金)

大佐村ふれあいの里(デイホーム)で...
認知症について

[保健師による]



鳥自治会 新年互例会

R7.1.19(日)

八鳥自治会新年互例会で...
在宅看護、看取りについて

[訪問看護師による]

看護・介護職員が合同研修しました！



当院の介護事業所が企画した職員研修会が開催され、看護・介護部門の職員が参加しました。テーマは「入浴介助」です。看護師や介護福祉士など日ごろの業務で対応している職員が実践しながら、基本動作を確認する内容でした。

通所介護、通所リハビリ、介護老人保健施設せせらぎ、3階病棟、外来の職員は、シャワーの水圧、湯量や温度、浴室の環境と手技を細かくチェックし、声掛けや関わり方など具体的に実践しながら、熱心に学習しました。利用者さまや患者さまに満足していただけるよう、今後も技術向上に向けて研修会を重ねていきます。

通所介護事業所での「入浴介助」研修

ヒートショックに気を付けて!

当院の郷力院長が皆さまに呼びかけます

日ごろから当院をご支援いただき、ありがとうございます。
冬を乗り越え、春を元気に迎えるために、皆さまにお伝えします。



郷力明院長

ヒートショックとは?

ヒートショックというのは、急激な温度変化が体に及ぼす影響のことです。

冬の入浴時や冷暖房のきいた部屋から外に出た時に起こりやすく、脳内出血や大動脈解離・心筋梗塞・脳梗塞などの深刻な疾患につながる危険性があります。

ヒートショックは、温度差が10℃以上あるときに起こりやすく、冬の入浴中に起こる突然死の大きな誘引となります。風呂場やトイレは人目に付きにくく、発見が遅れがちなので要注意です。ヒートショックを起こしやすい方は高齢者、高血圧、糖尿病の病氣を持つ人、動脈硬化がある人、メタボリック症候群の方です。



ヒートショックを防ぐには?

居間や脱衣所と浴室、トイレの温度差をできるだけ小さくしておくことが大切です。

- ① 浴室やトイレを暖房器具で暖めましょう。
- ② 浴槽の蓋をあけて、浴室を暖めましょう。
- ③ 熱い湯と長湯は避けましょう
- ④ 家族に高齢者や高血圧、糖尿病などの方がおられる場合は、入浴中に声をかけるようにしましょう。



部署紹介『西城市民病院 3階病棟紹介!』



3階病棟は当院唯一の病棟で、病床数は54床です。「一般病床」のほか「地域包括ケア病床」が10床あります。地域包括ケア病床ではリハビリを強化し、多職種と連携して在宅復帰に向けた調整を行います。看護スタッフは総勢24名で、患者さまのケアに当たっています。

私たちは、新しい医療・看護を取り入れようと日々研鑽しています。患者さまの年齢層は高くケアの介入度は増えてきています。庄原市全域から入院される方も増えています。マンパワー不足で忙しい毎日ですが、スタッフ間のチームワークを大切にし、患者さまの笑顔を少しでも増やせるよう関わらせていただいています。また、コロナやインフルエンザ等の院内感染の発生を防止し、安心・安全に過ごしていただけるように、緊張感をもって対応しております。

当院は地域に密着した医療機関で、患者さまを通してご家族や地域がきちんと見える関係にあるので、とても安心して業務にあたることができます。地域の皆さまに愛される病院づくりを目指して、今後も頑張っていきたいと思っております。



1階掲示板 作品紹介



掲示板のご利用をお待ちしております。

1階廊下掲示板に、園児や児童、地域の方々の作品を展示しており、来院された方に楽しんで観ていただいています。ご出展いただきありがとうございます。

●申し込み・問い合わせ先／
西城市民病院 事務局医療総務係
TEL 0824-82-2611

11月

西城善道教室展



12月

西城保育所の
楽しい作品



西城市民病院 レシピのご紹介

表面に味を付けることで、下味がなくても、
おいしく食べることができます！



りんご
七草がゆ
酢の物(玉ねぎ・きゅうり)



赤魚の揚げ煮(角揚げ・人参)

【エネルギー量250kcal/塩分1.1g】

材料1人分

- 赤魚切り身 60g
- 片栗粉 10g
- 揚げ油 適量
- 人参(乱切り) 30g
- 厚揚げ(36g) 1個
- きぬさや 1枚

- A** 薄口しょうゆ 3.5g
砂糖 1g
みりん風調味料 1g
料理酒 1g
だし汁 適量

- B** 薄口しょうゆ 1g
砂糖 0.5g
だし汁 適量

- C** 薄口しょうゆ 1g
砂糖 0.5g
みりん風調味料 0.5g
だし汁 適量

作り方

- ①赤魚は片栗粉をまぶして油で揚げて火を通し、油をきっておく。
- ②小鍋に**A**を入れて混ぜ合わせ、火を通し(砂糖が溶けているか確認する)、①を加えて、さっと煮る。
- ③人参は**B**で煮る。厚揚げは油抜きをし、半分に切って**C**で煮る。きぬさやは筋を取り、斜め切りにしてゆでる。
- ④皿に②をのせ、③を添える。

編集後記

年明けに昨年の元日を想い、一日も早い復興を願うばかりです。今年になってさらに猛威を振るうインフルエンザ・コロナ感染症の対応に当院も追われています。手洗い・うがい・換気など基本的な感染対策はもちろん、特に病院などではマスクの着用をお願いします。本年も地域の皆さまのご支援ご指導の程、よろしくお願いいたします。次回のすずらん発行は、令和7年5月を予定しています。ご意見等、お寄せください。

【西城市民病院広報委員会】

休日・時間外を問わず、救急については24時間対応しています。