



ほのぼのサロン 脳と身体を動かし、明日の健康づくり

地域の高齢者を対象とした連合自治会主催の『ほのぼのサロン』（第5回目）が8月26日（木）に開催され、10名の参加がありました。

開会に先立ち、交流センター所長から美郷町内初の新型コロナウイルス陽性者報道により、根拠のない噂に惑わされたり、勝手な詮索により人を傷つけることなどないように、また今後の各家庭での予防対策などの話がありました。

続いて、ラジオ体操で身体をほぐした後、今月は、西上さん（熊見）と栗原さん（九日市）による「楽しみながら脳と身体を動かすレクリエーション教室」です。

歌いながらの指遊びやことわざ迷路、あるなしクイズ、とんちクイズ、クロスワードパズルなど多彩なゲームで盛り上がりました。

その中の一つ「物の名前クイズ」では次の問題が出ました。

- ① 印鑑の上についている『しるし』の名前は？
- ② がま口の『口金』の名前は？
- ③ 灰皿のタバコを置く『くぼみ』の名前は？
- ④ 金魚すくいの『すくう道具』の名前は？
- ⑤ 抽選会の『回す機械（玉が出てくる）』の名前は？



～ 一口メモ ～

高齢期明るく楽しく

健やかに暮らしましょう！

- ① 噛む力を維持しよう
心がけましょう。
- ② しっかり、いろいろな食材を
食べましょう。
- ③ 人と会ってよく話し、
よく笑いましょう。

カギとなるのは「口」



よく見たり使ったりしている物なのに名前を知らないことの多いこと。答えを覚えてもらおうと、皆さん「へえー」「ほおー」と感心することしきりでした。皆さんクイズの答えがわかりますか？

コロナウイルス感染対策として、いつものお茶の時間はカットして、みさと本の森の移動図書館で本を借りたり、前回借りた本を返したりした後終了となりました。

〈クイズの答えは、次ページの下にあります〉



わくわく！放課後子ども教室 勉強・水遊び・ミニ屋台

沢谷公民館を会場に、月曜日と木曜日の放課後、子どもたちが学び、そして遊べる居場所づくりとして「わくわく！放課後子ども教室」を開催しています。

9月6日(月)の放課後教室のテーマは『お祭り&水遊び』です。学校での授業を終えた20名の小学生は、スクールバスなどで公民館に集まりました。そして、体育祭の振り替えで学校が休みだった中学生3人も手伝いにきてくれました。

この夏は、かつてない広がりを見せた第5波のコロナ禍にあり、また、夏休み後半は雨ばかりでなかなか遊びに行けなかった子ども達。地域の盆踊りも中止され、はじける機会も少なかったと思いますが、この日はヨーヨー釣りや水鉄砲による的当て、輪投げなど6種類の簡単屋台を回り、お祭り気分を味わい、夏の終わりを楽しみました。



その中での1番人気は「わた菓子づくり」。ほとんどの子が「初めて作った!」と手まですわた菓子だらけだったり、長細かったり小さかったりと形は色々でしたが、自分で作ったわた菓子は特別美味しかったようです。色々な制限がある中ですが、その中で工夫をしながら楽しく笑顔で過ごしたいと思っています。



変化を遂げる

旧JR沢谷駅周辺線路敷

上川戸地内の県道と沢谷川にかかる旧三江線橋梁撤去工事へ利用するため、沢谷駅周辺の線路敷の土砂が運び出され、見えなかった田んぼやビニールハウスが見えるようになります。違った風景が広がっています。工事は2年間の予定で、工事終了後は再び埋め戻されるそうです。



グラウンドゴルフ大会開催

連合自治会主催の「グラウンドゴルフ大会」を次のとおり開催します。

日 時 10月10日(日)
午前9時30分開会
※集合は9時20分までに
会 場 沢谷交流センターグラウンド
定 員 30人(申込順)
参加費 無料(飲み物は参加者持参)
申込み 10月6日(水)までに
沢谷交流センターまで
—連合自治会文化体育部—

前ページのクイズの答え

- ①ヤベウ ②らっきょう ③タバコ休め
- ④ボイ ⑤カラボン

祝 敬老の日 揃って90歳代 “ほのぼの”ご夫妻



まもなく「敬老の日」を迎えます。

今年は、九日市(西の原)にお住まいの吉川保幸さん(94歳)、トヨ子さん(92歳)ご夫妻を訪ねてお話を伺いました。



お二人は昭和28年に結婚され、ダイヤモンド婚式(60年)よりはるかに長い68年間を一緒に過ごしてこられました。その間、喧嘩らしいこともなかったと、お互い顔を見合わせて話される仲良しご夫妻です。とは言っても、いろいろな苦労もあったと思います。終始ニコニコと笑って話される姿が印象的でした。

戦時中は、予科練に入隊にされていた保幸さんに「よくぞご無事で」と言う「いや〜運がよかったんです」と笑っておられました。

お話し好きな保幸さんは、野菜づくりのほかに料理をすることも得意とのこと、週2回、トヨ子さんがデイサービスに行かれる日には、夕食の支度をして帰りを待っておられるそうです。

持病があり定期的に病院通いをされるほか、冬季には避寒のため子どもさんがおられる広島へ行かれる以外は、ご自宅でお二人仲良くお互いに支えあつて暮らしておられる“ほのぼの”ご夫妻でした。

みどりの風

世界に一つだけの花

作詞 槇原敬之

花屋の店先に並んだ
いろんな花を見ていた
ひとそれぞれ好みはあるけど
どれもみんなきれいだね
この中で誰が一番だなんて
争うこともしないで
バケツの中誇らしげに
しゃんと胸を張っている

それなのに僕ら人間は
どうしてこうも比べたがる
一人一人違うのにその中で
一番になりたいがる

そうさ 僕らは
世界に一つだけの花
一人一人違う種を持つ
その花を咲かせることだけに
一生懸命になればいい

困ったように笑いながら
ずっと迷ってる人がいる
頑張ってる花はどれも
きれいだから仕方ないね
やっと店から出てきた
その人が抱えていた
色とりどりの花束と
うれしそうな横顔

名前も知らなかったけれど
あの日僕に笑顔をくれた
誰も気づかないような場所で
咲いてた花のように

そうさ 僕らも
世界に一つだけの花
一人一人違う種を持つ
その花を咲かせることだけに
一生懸命になればいい

小さい花や大きな花
一つとして同じものはないから
ナンバーワンにならなくてもいい
もともと特別なオンリーワン

お知らせ(公民館・交流センター・連合自治会)

◆公民館講座『沢谷スタイル』を開催します(公民館から)

詳しい内容については、別紙のチラシをご覧ください。どの講座も5人以上の参加で開催します。

グラウンドゴルフ

日時は、9月28日(火)午前9時半から 定員15名程度 受講料 100 円

※飲み物は参加者でご持参ください。 ※雨天の場合中止します。

料理教室

日時は10月5日(火)午前9時半から 定員は10名程度

クラフト〔ハーバリウムづくり〕

日時は10月14日(木) 午前10時から 定員は10人程度

◆『交流周辺環境美化活動』について(連合自治会から)

日時は、9月26日(日) 午前7時から

今回の担当は、上酒谷・下酒谷・沢谷2区の各自治会の皆さんです。

◆『ほのぼのサロン』を開催します(連合自治会から)

健康教室「ほのぼのサロン」9月の予定は次のとおりです。

日時は、9月30日(木) 午前9時半から11時頃まで

今月の内容は、チヂミを作ります。エプロン、三角巾をご持参ください。

お申込みは、9月24日(金)までに 参加費 300 円(材料代)

◆『交流センター休館』について(交流センターから)

日時は、10月8日(金)午後 理由:郡公民館職員研修会参加するためです。

★行事予定(9/21~10/20)

行 事	日 時	場 所
人権・同和教育連絡会議	22(水) 14:00~	沢谷交流センター多目的室
交流センター周辺環境美化活動	26(日) 7:00~	沢谷交流センター周辺
わくわく!放課後教室	27(月) 15:40~	沢谷交流センター多目的室 他
沢谷スタイル(グラウンドゴルフ)	28(火) 9:30~	沢谷交流センターグラウンド
ほのぼのサロン	30(木) 9:30~	沢谷交流センター多目的室
青パト隊一斉パトロール	10/1(金) 18:30~	沢谷交流センター広場
災害予測システムワークショップ(予定)	3(日) 10:00~	沢谷体育館
わくわく!放課後教室	4(月)・14(木)18(月) 15:40~	沢谷交流センター多目的室 他
沢谷スタイル(料理教室)	5日(火) 9:30~	沢谷交流センター調理室
自治会輸送バス	7(木) 8:40~	(沢谷~飯南町)
ニコニコ健康教室	8(金) 13:30~	沢谷交流センター多目的室
グラウンドゴルフ大会(連合自治会)	10(日) 9:30~	沢谷交流センターグラウンド
沢谷スタイル(クラフト)	14日(木) 9:30~	沢谷交流センター多目的室
ハロウィンナイト	15日(金) 18:30~	沢谷交流センター全館

沢谷地域の人口と世帯数(8月31日時点の住民基本台帳数値) ※()内は前月増減
人口487人(-1)〔男性242人(-1)・女性245人(±0)〕世帯214世帯(-1)

〒699-4712 美郷町九日市118番地 沢谷公民館発行 TEL:75-1920 FAX:76-0022