



東自治会だより

【令和 7 年度東自治会総会】

5月31日(土)午後6時30分から世羅の宿ひがし多目的ホールにおいて令和7年度東自治会総会を開催しました。

第1号議案令和6年度事業報告並びに決算報告、監査報告、第2号議案令和7年度事業計画(案)並びに予算(案)、のすべての議案は承認されました。



雨天中止

5月25日(日)、東多目的広場で【東地区民スポーツのつどい】を予定しておりましたが、前日の雨で多目的広場の状態が悪く、残念ながら中止となりました。次回このような交流会を企画した時には、たくさんのご参加お待ちしております。



令和7年度の主な行事予定

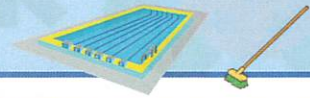
6月	ホタルのつどい(14日)	10月	地区民球技大会
	東プール掃除(29日)		星空観望会
	ヒョウモンモドキ現地観察会		美化活動河川清掃
7月	子どもものづくり教室(26日)		ウォーキング
	一人暮らし家庭招待事業	11月	クリーン大作戦(5日)
8月	東きてみんなさいまつり		自主防災研修
9月	敬老会	12月	子どもものづくり教室
		2月	一人暮らし家庭招待事業

令和7(2025)年 **6月**

世羅町東自治センター内(東自治会事務局) Tel24-0961

プール掃除ご協力のお願い

東自治会では、6月29日(日)8時30分から東プールの掃除を行います。地域の皆さまご協力をよろしくお願いします。



東グラウンド・ゴルフクラブ

5 月月例大会

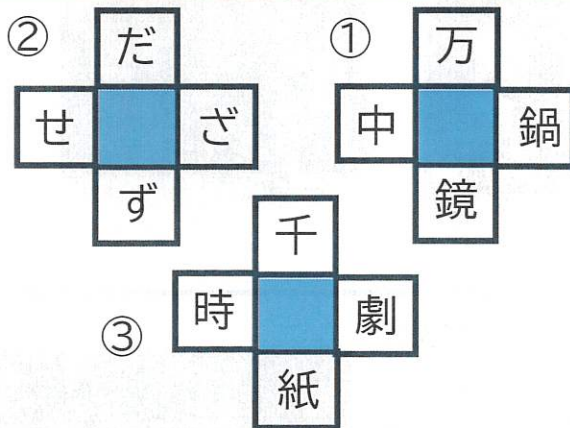
男性 1 位 藤井文荘さん

女性 1 位 黒木寿子さん

おめでとうございます！



【レッツ！脳トレ！】クロスワードパズル



良い睡眠で身体を整えましょう

質の良い睡眠は、疲労回復、記憶力・集中力の向上、ストレス緩和など、身体と心の健康に深く関わっています。

1 日の生活の中で実践できていることをチェックしてみましょう。☑

【良い睡眠のためのポイント】

朝	☐ 毎日同じ時間に起きて朝日を浴びる ☐ 朝食をとり、身体を目覚めさせる	
昼	☐ 昼食後は散歩などの軽い運動を行う ☐ 昼寝は午後3時までにとり、20分程度にする	
夜	☐ 寝る前の喫煙、飲酒、カフェインの摂取は控える ☐ 寝る前2時間はスマートフォンやパソコンに触らない	

	6 月	【行 事 予 定】	7 月
16(月)	東グラウンド・ゴルフクラブ	1(火)	
17(火)		2(水)	
18(水)		3(木)	サロン
19(木)	サロン	4(金)	東サッカー同好会 ・ ヨガ教室
20(金)	東サッカー同好会 ・ ヨガ教室	5(土)	せら東サッカークラブ・東バレーボールクラブ
21(土)	せら東サッカークラブ・東バレーボールクラブ	6(日)	
22(日)		7(月)	東グラウンド・ゴルフクラブ
23(月)	東グラウンド・ゴルフクラブ	8(火)	
24(火)		9(水)	東ドリーム
25(水)	東ドリーム	10(木)	サロン
26(木)	サロン	11(金)	東サッカー同好会 ・ ヨガ教室
27(金)	東サッカー同好会 ・ ヨガ教室	12(土)	せら東サッカークラブ・東バレーボールクラブ
28(土)	せら東サッカークラブ・東バレーボールクラブ	13(日)	
29(日)	東プール掃除	14(月)	東グラウンド・ゴルフクラブ
30(月)	東グラウンド・ゴルフクラブ	15(火)	

東地区の人口及び世帯数(令和7年 5 月 31 日現在)

人口 707 人 男性 352 人 女性 355 人 世帯数 325 世帯 高齢化率 50.1%