

西大田 自治センター だより

第206号

令和7年6月12日

西大田地区振興会連絡協議会
(西大田自治センター)

722-1625 広島県世羅郡世羅町大字重永62番地

TEL: 0847-27-0001 FAX: 0847-27-0200

ホームページアドレス: <http://www.nishioota-jc.org/>

メールアドレス: nishioota-jc@mail.mcat.ne.jp

「第67回西大田地区民体育大会」は残念ながら中止となりました

5月25日(日)に予定されていた「第67回西大田地区民体育大会」は前日の雨でグラウンドの状態が悪く、残念ながら中止となりました。しかし、今回もスポーツ協会や子ども会育成会を中心に、大勢の方が事前の役員会議を経て、グラウンド整備や会場準備に協力くださり、ふれあい広場が大変きれいになりました。

また、今年の計画では、昨年度の地域の皆様からの声を踏まえ、地区内勤務者への選手資格拡大、ペアゴルフ参加条件の再考、新種目(借り人競争)の導入等、改善を試みる予定にしていたので、来年度へ持ち越したいと思います。

企画・準備・片付けに大変なエネルギーと時間をかけていただき、ありがとうございました。

大雨で濡れた準備物も、地区体部を中心に地域の方が片づけに協力してくださいました。

天気にはかないませんでしたでしたが、今回も皆さんの温かさに触れ、改めて「西大田っていいな」と感じました。

【全体役員会・主任会議風景】



【グラウンド整備・会場準備風景】



【グラウンド状態不良による中止決定・片付け風景】



5月12日(月)は、講師に中島秀也さんをお迎えして、『身近な動植物の話』を開催しました。まず初めに、中島先生がプリントにまとめておられた「自治センターの周りやふれあい広場に咲いている花」を、みんなで探しました。子どもの頃に戻ったように小さな花々を夢中で探した後、見つけた花々を持って入り、顕微鏡で観察してみました。すると、目で見るより違った世界が広がっていました。「まあ！きれいじゃねえ～」とにぎやかに観察会を楽しみ、最後に植物の分類について学びました。参加された方々は、「まるで、学生時代に戻ったようで、素敵な授業でした」と嬉しそうにしておられました。



5月26日(月)は、講師に植田和成さんをお迎えして『みんなで歌おう』を開催しました。懐かしい歌から初めて聞く曲まで、今回も植田さんの軽快なトークと共にたくさんの歌を歌いました。大きく息を吸い込んで、懐かしい歌を歌うと日頃のストレスが一気に飛んでいくようです。午後からは、体操をした後、**コミュニケーションマーじゃん**をしました。「コミュニケーションマーじゃんをするといつもあっといいう間に時間が過ぎるよね」とみなさん時間が経つのも忘れて楽しんでおられました。



6月2日(月)は、講師に TEA FACTORY GEN の高橋玄機さんをお迎えして、『お茶の話と茶話会』を開催しました。

まず初めに、世羅茶の歴史や世界中にあるお茶の種類について等お茶についての学びを深めた後、数日前に収穫されたばかりの緑茶(蒸し製)、釜炒り茶(炒り製)、和紅茶の3種類をそれぞれ一番煎じ、二番煎じと計6回飲み比べてみました。参加された方々は、「製法によって味が違うし、二番煎じはまた違った味がして、新たな発見ばかりでした」、「お茶は普段からよく飲むけど、^{いれかた}淹れ方でこんなにも味が違うことがわかったので、時間のあるときはゆっくり淹れて飲んでみようかしら」、「家にお茶の木があるから、昔みたいに家で茶摘みをしてやってみようかしら」と、お茶の会を心から楽しまれました。



サロンで『夏休み手作り教室』を開催します

日時：8月18日(月)午前10時～12時

場所：西大田自治センター大集会室

内容：オリジナル小物づくり

※小中学生の皆さん、サロンの皆さん多数参加ください。みんなで一緒に、オリジナル小物をつくってきらきら輝きませんか。

参加者大募集！

※写真の小物はイメージです。



自治センター利用・行事 スポーツ広場・体育館利用予定

月	日	曜	時 間	行 事	名 場 所	月	日	曜	時 間	行 事	名 場 所		
6	14	土	9:00	世友書道会	会議室	7	1	火	9:30	書道	会議室		
			19:00	カラオケ同好会	大集会室				13:30	リップルピラティス	実習室		
	15	日	13:30	パン教室			調理室	2	水	14:00	3B体操		大集会室
							会議室				3	木	13:30
	16(月)10:00～15:00西大田ふれあいサロン 音楽会・体操・コミュニケーションマージャン						4	金	13:30	ラージボール卓球			
	17	火	13:30	リップルピラティス						実習室	5	土	9:00
							会議室	6	日	10:00			
	18(水)10:00～琉球太鼓で健康運動 皆さんおいでください！ 西大田体育館						7(月)10:00～15:00西大田ふれあいサロン 健康ほっと講座・体操・コミュニケーションマージャン				8	火	13:30
	18	水	13:30	面打ち				実習室	10	木			
				14:00	3B体操		大集会室	11			金	13:30	ラージボール卓球
	19	木	13:30		リップルピラティス		実習室		12	土			9:00
				20	金		13:30	ラージボール卓球			大集会室	13:30	
	18:00	詩吟						会議室	19:00	カラオケ同好会			大集会室
		21	土	9:00	世友書道会		会議室	14(月)10:00～15:00西大田ふれあいサロン にしおた保育所との交流会・体操・レクリエーション					
	10:00				料理教室		調理室	15	火	13:30	リップルピラティス		実習室
				会議室	16		水				13:30	面打ち	
	23(月)10:00～15:00西大田ふれあいサロン 歌とレクリエーション・体操・コミュニケーションマージャン							17	木	13:30		リップルピラティス	
	24	火	13:30	リップルピラティス			実習室				18	金	13:30
				26	木		9:00	セラアニマル		ふれあい広場			
	13:30	筋トレ						大集会室	19	土	9:00	世友書道会	
13:30		リップルピラティス		実習室	10:00	料理教室		調理室					
	19:00	振興協議会役員会		大集会室		20	日	13:30	パン教室		調理室		
27		金	9:00	セラアニマル					ふれあい広場	20(日)参議院議員選挙 西大田自治センター大集会室			
	13:30			ラージボール卓球		大集会室							
28		土	9:00	世友書道会		会議室	いつもきれいにご利用いただきありがとうございます						
	19:00			カラオケ同好会		大集会室							
29(日)13:30～次世代と語る会 西大田自治センター大集会室													
30(月)10:00～15:00西大田ふれあいサロン 人形劇・レクリエーション・カードゲーム													
体 育 館	利 用 日		時 間		団 体	名							
	毎週(金)		19:00		世羅空手道								
	第1・3(火)		13:30		バドミントン同好会								
毎週(木)		20:00		西大田ビーチバレー									
ふれあ い広場	利 用 日		時 間		団 体	名							
	毎週(土)		8:00		グラウンドゴルフ同好会								
	毎月6日		10:00		モルック								

健康ほっと情報 良い睡眠で身体を整えましょう 健康保険課

【良い睡眠のためのポイント】

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。

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

世代間交流会 花を植えよう

5月19日(日)に西大田ふれあいサロンで『花を植えよう!』を開催しました。

今回は、にしおおた保育所の子どもたちと老人クラブの方々が一緒に「グリーンカーテン」を作るために「オーシャンブルー」を植えるということで、全国版のNHKニュースやケーブルテレビの取材もありました。

初めに、子どもたちが元気よく挨拶をした後、力を合わせて鉢底石や土を運びました。そして、老人クラブの方から植え方を教わって、オーシャンブルーの苗を植えました。

次に、ペチュニア、ジニア、メランポジウム、マリーゴールドなど夏の花々の苗も植えていきました。最後に、子どもたちが交代しながら、水やりをしてくれ、自治センターの前が華やかになりました。参加された方々は、「子どもたちが元気よく、テキパキ動く姿に元気をもらったわ」と目を細めておられました。そして、「子どもたちの元気パワーをもらった苗で立派なグリーンカーテンができますように」と願いつつ、みんなで記念写真を撮りました。



世代間交流会 芋の苗を植えました

西大田地区振興会連絡協議会では、5月27日(火)に西大田老人クラブの皆さんとにしおおた保育所の子どもたちと一緒にサツマイモの苗植えで世代間交流会を開催しました。

元気に挨拶を交わし、老人クラブの方から苗の植え方について指導を受けながら、2種類の苗を植えて行きました。予め、保育所で予習して来てくれており、「お芋さんが入れるように穴を掘って(土の)お布団かけてあげよう!」と手際よく約80本の苗を植えました。その後は、みんなで協力しながら水やりをしました。最後に集合写真を撮り、みんなで苗にパワーを送りました。子どもたちと芋の成長を願いつつ秋の収穫を楽しみにしています。



振興会対抗 西大田地区ソフトボール大会 参加者募集!!

世羅町スポーツ協会西大田地区野球・ソフト部会では、「西大田地区ソフトボール大会」を次のとおり開催します。お問い合わせご参加ください。西大田地区出身のご兄弟等にもぜひお声をかけください!!

- 日時 **7月22日(火)** ①賀茂東×田打 ②重永後×青水
7月24日(木) ③重永前×京丸 ④中原×賀茂西
7月29日(火) ⑤ (①と②の勝者) ⑥ (③と④の勝者)
7月31日(木) ⑦ (⑤と⑥の敗者) ⑧ (⑤と⑥の勝者)

時間はいつでも **第1試合:19:30~ 第2試合:20:30~**

〔雨天予備日 **8月5日(火)・8月7日(木)**〕

場所 **西大田スポーツ広場**

対象 **中学生以上の西大田地区民**
または西大田地区出身者

●男女は問いません

●中学生は、保護者の送迎が必要です

●全員に参加賞(飲物)と1位~4位の賞品があります!

●参加を希望する方は6/30(月)までに西大田自治センターへお名前と連絡先をご連絡ください



必ずご持参ください
持参物: 帽子