

第13回 小国自治センターグループ発表会

「小国自治センターに来てみん祭!!」

開催日 **3月1日(日)**

展示・販売 : 午前9時スタート

舞台 : 午前10時スタート

開催場所 小国自治センター

内容 舞台・展示・体験会・販売

主催 小国自治センターグループ連絡会

ご来場お待ちしております!

詳しくは、自治センター便り2月号と一緒に配布しましたチラシをご覧ください。

NEW



トロフィーは誰の手に

同時開催!!

第1回

おぐにのど自慢大会

出場者募集中!

先着申込み5名様迄

カラオケ



舞踊



琴



人形劇



shop
夢高原市場



手作りパン
見学会



筋トレマシン体験会
午前10時~11時

NEW キッズダンス

あなたが主役!一緒に踊ろうよ!



「パプリカ」ダンス動画

展示



OGUNI'S HISTORY
フラワーアレンジメント

生け花

文化財

コーヒーの挽き方、淹れ方一緒に楽しみましょう!



Cafe Amuser
café アミュゼ
コヒ-ホランティア



【令和8年3月1日から】

重要!

林野火災注意報・林野火災警報

の運用開始について

【三原市】



林野火災による被害を防ぐため、火の使用が制限される日があります。

林野火災が起きやすい気象条件のとき、危険度に応じて注意報・警報を発令します。林野火災警報が発令されている間は、火の使用が制限されます。

【お問合せ先 消防本部予防課 64-5927】

届出

「火災とまぎらわしい煙または火災を発するおそれのある行為の届出書」の届出が必要です!



【3月1日から開始】

①電子申請 NEW ②電話による届出 ③書面の届出

警報→罰則あり 注意報→努力義務



地域の力で冬季4大会を無事開催

世羅町スポーツ協会世羅西地区冬季競走大会実行委員会では、地域住民の皆さまの温かいご支援とご協力をいただき、2025年度「中国実業団駅伝競走大会」「服部杯ふれあいマラソン大会」「世羅駅伝競走大会」「世羅西駅伝大会」を、いずれも無事に開催することができました。



第67回せらにし駅伝大会
-開会式の様子

大会運営にあたり、多くの皆さまにご尽力いただきましたことに、心より感謝申し上げます。

書類スッキリ!はじめてのホームファイリング講座を開催しました

令和7年12月23日(火)、整理収納アドバイザーの沖田仁美先生をお招きし、

「お片付けセミナー」を参加者14名で開催しました。

今回のテーマは、「はじめてのホームファイリング-おうち書類の片づけ方」です。

書類は「紙」ではなく中身=情報を整理することが大切、けれど整理方法がわからずに困っている方が多いのが現状です。また、具体的な整理方法を学ぶ機会が少ないことも課題として挙げられました。セミナーでは、次のようなポイントについて、わかりやすく教えていただきました。

1. 気になる書類や、大切な書類から整理を始めるとすすめやすいこと
2. 紙の整理ができるようになると、3つの効果①時間的効果②経済的効果③精神的効果が得られること
3. 片付けには正しい順番があり、まずは「整理」=分けることから行うこと。

また「わたしにとって大事なコト・モノはなにか?」を考えることが大切。

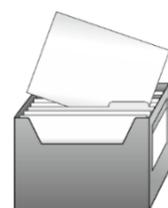
4. 必要な書類をすぐに取り出せる仕組みをつくると、生活はより安心で快適になること
5. 挟むだけ、立てて使用、穴あけ不要の個別フォルダが便利であること(分かりやすい具体的なタイトルを付ける)

6. ホームファイリングが進むと

・ファイル管理表で書類をリスト化できる・家族の誰でも取り出せる・「秒で出して、すぐに戻せる」

家中の情報管理が可能になること

参加者からは、「すぐに実践できそう」「家でも見直してみたい」といった声が聞かれ、書類整理の大切さを改めて実感する有意義なセミナーとなりました。



●元気なうちにお片付けを進めましょう!

●家族にわかるように書類整理を進めましょう!



講師の沖田先生は、整理収納アドバイザーとしてモノの整理、書類の整理のサポートも行っています。ご相談は公式ラインから

令和7年度 環境・健康募金 & 配分金 & 環境美化活動報告

◆公衆衛生「自分たちの命や生活は自分達で守る」住みよい環境づくりの為の地域ぐるみ活動紹介します

振興区名	募金	戸数	配分金	各振興区の環境整備活動報告
二反田	3,600	12	5,600	集会所周辺県道 美化活動
祇園鹿島	4,800	16	6,800	集会所の掃除・周辺清掃
黒羽田	4,500	15	6,500	集会所の掃除・周辺清掃
大福	8,100	27	10,100	集会所の掃除・空き缶拾い・草刈り
次郎丸	2,100	7	3,100	町道環境整備・共同墓地及び集会所清掃
奥柏床	1,800	6	1,800	県道・町道清掃
胡町	2,700	9	3,700	春と秋の溝・川掃除・草刈り・草取り
元町	900	3	2,900	年2回 道路清掃
太平地	3,600	12	5,600	ゴミステーション付近草刈り・溝掃除
本町	3,900	14	4,200	振興区内の溝掃除
西町	4,500	16	6,800	町道太平寺狩山線外2路線環境整備
宮下	3,300	10	5,000	町道狩山・宮下線環境整備
狩山	3,900	13	5,900	振興区内環境整備
天満	1,500	5	2,500	集会所周辺草刈り
岩屋谷	6,000	20	8,000	岩屋谷道路清掃
冠	3,600	13	5,900	集会所やグラウンド周辺草刈り
潮音地	3,300	11	4,300	湯舟池草刈り・草寄せ
竹之迫	4,500	15	6,500	町道草刈り・花壇草取り

※配分金 = 前年度募金実績 + (小国遊園参加回数 × @1000)

※小国地区公衛協会計は、美化活動、古紙回収事業、不法投棄防止事業に活用しています。

感染症にご注意ください！

空気が乾燥し気温が低くなるこの時期はインフルエンザや新型コロナ、ノロウイルスなどが流行しやすくなります。

日頃から基本的な感染対策を心がけ、元気に冬を乗り切りましょう。

①正しい手洗いを習慣に

外出後や食事前、トイレの後は石けんと流水で手洗い。
指先・親指・手首は洗い残しが多い部分です。しっかりと洗いましょう。



② マスクと咳エチケット

せきやくしゃみが出る時は、マスクを着用しましょう。
鼻までしっかり覆うことがポイントです。



③体調管理

睡眠をしっかりとり、無理をしないことも大切です。
体調が悪いときは早めに休養をとり、必要に応じて受診しましょう。



今日から始める健康習慣

年末年始の影響で生活リズムが少し乱れていませんか。
健康に過ごすため、気持ち新たに良い生活習慣を心がけましょう。

☑ 1日3食、バランスのよい食事



野菜を1品プラス！

☑ プラス 10分運動



隙間時間にストレッチ

☑ 十分な休養



注意
寝る1~2時間前にはスマホを控えよう

☑ 体重測定



変化に気づくことが第一歩！

移動型医療サービス事業（巡回診療スケジュール）

〈診療日時〉

毎週金曜日
13:30-16:30

〈場所〉

せらにし支所

〈予約〉

利用前日正午迄

☎22-1127



【2月】

2/20 来嶋也寸無
整形外科
2/27 宮本 亮
内科

【3月】

3/6 来嶋也寸無
整形外科
3/13 片岡 雅明
内科
3/20 祭日の為休診
3/27 坂原 英皓
内科

利用前日正午迄に
予約お待ちしております。

☎22-1127

予約受付中

〈診療内容〉 診察・薬処方・関節注射・予防接種等

〈利用者〉 公立世羅中央病院で初診を受け医師が巡回診療可能を認めた方。

おぐにサロンわくわく感

カラオケ設備充実!! / コミュニケーション麻雀充実!!

新規会員様 募集中!



毎週月曜日開催 ※祝日の場合次の日
午前10時-15時
小国自治センター サロン室

参加費：100円/毎回
会食：プラス300円
材料費：100円/毎月1回

おぐにサロンわくわく感 3月スケジュール

3/2(月)

★コミュニケーション麻雀
★お楽しみ作品作り

3/9(月)

★カラオケ
★作品づくり (菜の花の色紙)

3/16(月)

★作品づくり
(熊さんのぬいぐるみ)

3/23(月)

★コミュニケーション麻雀
★お楽しみ作品づくり

3/30(月)

★会食
★ゆっくり休もう会