



# 東自治会だより



## 自主防災研修会 視察研修

2月27日(金)、東自治会では自主防災研修として、広島市豪雨災害伝承館へ視察研修に行きました。実際に被害にあわれた方のお話、実際に土砂崩れがあった現場、災害後につくられた砂防堤、館内資料の見学、どれも他人事ではなく、今まで大丈夫だったから、という考えを見直すことができた研修でした。

### 広島市豪雨災害伝承館

平成 26 年 8 月、人的被害・物的被害をもたらした豪雨災害の記憶を教訓として次の世代に継承していきたい、と建てられた施設



### 参加者の感想より

土砂災害の甚大さ・恐ろしさを現地で確認しました。また CG 映像では実際に発生したら私たちがすべきことは何なのか、どうしたら早く避難できるのかを考えさせられた有意義な研修でした。

## サロンひがし ひな人形づくり



この着物の色紙の合わせもいいねー



それぞれ顔が違うねー



# 令和 8(2026)年 3月号

世羅町東自治センター内（東自治会事務局）Tel24-0961

## 給食サービスを実施しました

2月18日(水)、東ボランティアの会では、一人暮らし家庭を対象に給食サービスを実施しました。申し込みをされた17名の方にお届けしました。

- 【メニュー】 ・ちらし寿司 ・煮しめ  
 ・サバの竜田揚げ ・鶏もも肉照り焼き  
 ・だし巻き卵 ・切り干し大根の煮物  
 ・ポテトサラダ ・果物



この事業は世羅町社会福祉協議会より交付される『赤い羽根共同募金』の「地域助成金」を財源として実施させていただきます。



## 花粉症対策、始めていますか?



花粉症は、花粉が原因でさまざまな症状があらわれるアレルギー疾患です。例年、2月から4月頃はスギ花粉の飛散量が多い時期です。症状と対策について、確認しておきましょう。

### 【花粉症の主な症状】

くしゃみ、透明な鼻水、鼻づまり、目のかゆみ、充血、咳、頭痛 など

### 【日常での花粉症対策】

- ・外出時はマスクや眼鏡を着用する。
- ・帰宅後は手洗い・洗顔・うがいを行う。
- ・花粉飛散の多い時間帯（昼前後・夕方）の外出をできるだけ避ける。
- ・花粉が付きやすいウール素材の衣服は控える。



●花粉症の症状は人によって様々です。花粉症が疑われる症状でお悩みの方は、早めに医療機関へ相談しましょう。

東自治会ではマツダスタジアムで開催される、広島東洋カープ観戦を予定しています。



日程：7月17日(金) 18時試合開始 対阪神戦 (ナイター)  
 料金：未定(チケット代+バス代)

※詳細が決まり次第お知らせします。



3月		【行事予定】		4月	
16(月)	東グラウンド・ゴルフクラブ	1(水)			
17(火)		2(木)	サロン		
18(水)	東ドリーム	3(金)	東サッカー同好会 ・ ヨガ教室		
19(木)	サロン せらひがし小学校卒業式	4(土)	せら東サッカークラブ・東バレーボールクラブ		
20(金)	東サッカー同好会 ・ ヨガ教室	5(日)			
21(土)	せら東サッカークラブ・東バレーボールクラブ	6(月)	東グラウンド・ゴルフクラブ		
22(日)		7(火)			
23(月)	東グラウンド・ゴルフクラブ	8(水)	東ドリーム		
24(火)		9(木)	サロン		
25(水)		10(金)	東サッカー同好会 ・ ヨガ教室		
26(木)	サロン	11(土)	せら東サッカークラブ・東バレーボールクラブ		
27(金)	東サッカー同好会 ・ ヨガ教室	12(日)			
28(土)	せら東サッカークラブ・東バレーボールクラブ	13(月)	東グラウンド・ゴルフクラブ		
29(日)		14(火)			
30(月)	東グラウンド・ゴルフクラブ	15(水)			
31(火)		16(木)	サロン		

## 東地区の人口及び世帯数(令和8年2月28日現在)

人口 674人 男性 337人 女性 337人 世帯数 312世帯 高齢化率 51.5%