

ふれあい郷原 2月号

ごう はら

令和4年1月10日発行

郷原まちづくりセンター

【呉市郷原市民センター】

TEL 77-0005

FAX 77-0071



新年を迎え 皆様のご健勝と
ご多幸を お祈り申し上げます



郷原市民センター職員一同

「虎口を脱する」

寅年にちなんだ「ことわざ」に「虎口を脱する」があります。意味は、危険な状態から、やっとのことで逃れること。(辞典オンラインことわざ辞典より)

虎口を脱することができるように、感染予防に努め、健康な日々を過ごしていきたいものです。9日に「まん延防止等重点措置」が広島県に適用されます。今後の動向に応じて、措置を講じます。

コロナ禍の収束を願い、安全な運営を第一に地域のまちづくりに励みますので、本年もよろしく願います。

春のスイーツ教室

～かんたん・かわいいカップケーキをつくろう!～

日時 2月5日(土) 9時～12時
場所 郷原まちづくりセンター 2階 調理室
対象 小学6年生以上
講師 辻 たつみ 先生
参加費 1,000円(受講料400円, 材料費600円)
定員 12人(先着順)
持参物 マスク, エプロン, 三角巾, タオル
申込 1月20日(木) 9時～
郷原まちセン窓口で



豆腐きなこ餅もつくり
ます。



第30回 お宝BOOK交換会

「誰かに読んでほしい」あなたのお宝本をお持ちください。

新しい本との出会い、新しい世界を広げましょう。



日時 2月1日(火)～2月28日(月)

8時30分～17時15分(最終日は15時まで)

場所 郷原まちづくりセンター1階 ロビー

※冊数制限はありません。事前申込みは不要です。

登録アーティストによる くれまちかどコンサートin郷原

入場無料

◇出演者:デュオピックス Duo Pix

はつしま まな
初島 真菜(ピアノ)

にしかわ ゆうた
西川 祐太(サクソフォン)



◇日時:2月20日(日)

13時30分～(13時開場)

◇場所:郷原まちづくりセンター
3階ホール



◇定員 150人(整理券が必要)

※整理券は1月20日から郷原まちづくりセンターにて先着順で配布します。混雑を緩和するため、入場制限をします。多くの皆様のご来場を願っております。

“プログラム”

Aピアノソラ:リベルタンゴ

Aピアノソラ:「天使の組曲」より天使の死

Mラヴェル:亡き王女のためのパヴァーヌ ほか



施設を利用される皆様へお願い

郷原まちづくりセンターを利用いただき有り難うございます。施設を利用中に次のようなことがありましたら、すぐに事務室へご一報ください。

◎発熱や咳・咽頭痛などの症状が見られる

◎健康や体調に不安な様子が見られる

不特定多数が集まることによる新型コロナウイルス感染リスク低減や接触機会の低減を図る為、利用者の皆様のご理解とご協力をいただきますようお願いいたします。

なお、事務室に、非接触型の体温計があります。

寒い時期ではありますが、室内の換気扇を回したり定期的に換気をしたりしますので、ご了承ください。

郷原女性会 健康教室

日時 2月4日(金) 13時30分～15時30分
 場所 郷原まちづくりセンター2階講座室
 内容 ①「便秘予防について」
 講師 呉共済病院
 消化器内科 医長 吉岡 京子 さん
 ②「便秘の食事について」
 講師 呉市保健所
 管理栄養士
 主催 郷原女性会
 呉市保健所 東保健センター
 問合せ 東保健センター 71-9176



郷原地区

おたっしゃ筋力アップ教室

全4回で運動・口腔・栄養と総合的に学ぶ教室です。

講師は市内の病院の理学療法士さん、栄養士さん、
 歯科衛生士さんが行い、講義と合わせて実際に運動や
 レクリエーション、実験などを行いながら楽しく学ん
 でいく教室です。

体力測定を行いご自身の体力や身体
 機能を把握し介護予防に生かして頂
 きます。

そして、教室終了後は住民皆さまの
 力で教室が継続できるように支援させて
 頂きます。まずは、介護予防についての基礎を学んで
 いきます。



	日 時	内 容	講 師
1	3月8日(火)	講義 『フレイルと介護予防の 3本柱について』	包括支援センター職員
2	3月11日 (金)	運動について	菅田医院 理学療法士 吉田康兵 先生
3	3月15日 (火)	口腔について	日本歯科衛生士会 里谷裕子 先生
4	3月18日 (金)	栄養について	ほうゆう病院 管理栄養士 徳澤陽子 先生

【場所】 郷原まちづくりセンター講座室
 【対象】 65歳以上で会場に通える方(20名程度)
 多数の場合は抽選

※事前に包括支援センターが、ご連絡させて頂く場合
 があります。安全にご利用いただくため、必要に
 応じてかかりつけ医への受診をお願いする他、お身体
 の状態により参加できない場合があります。

【申込み】 1月8日～2月8日
 (郷原まちづくりセンター
 または東部地域包括支援センター)

郷原地区の世帯と人口(11月末現在)

世帯数 1,997世帯
 人口 4,525人 (男 2,263人 女 2,262人)
 前月比 男 -6 女 -9

受賞 おめでとうございます!

令和3年度、郷原地区では、社会福祉や青少年の健
 全育成、長年の緑化推進活動等の評価を得て、次の方・
 団体が表彰を受けられました。おめでとうございます。

- ◇呉市社会福祉協議会会長賞
 …秦 文子さん(令和2年度受賞者※昨年度表彰式未実施)
 …椎葉 美佐子さん(令和3年度受賞者)
- ◇呉市優良青少年補導員表彰……荒山 正治さん
- ◇ひろしま環境賞受賞 …… 郷原女性会



まちたんけんに来てきた2年生から……

生活科の学習で訪れた郷原小2年生から、まちづくり
 センターに手紙が届きました。

- (一部を抜粋して記載しています。ご了承ください。)
- ・調理室にお皿がいっぱいありました。小学校より多かったで
 す。火でなく電気を使っていたのでびっくりしました。
- ・3階に体育館(ホール)があるなんて、初めて知りました。
- ・一番びっくりしたのは、目や手が不自由な人のためにトイレ
 の電気が自動でついたり、ゆかがでこぼこになったりしてい
 ました。
- ・まちづくりセンターに行って、いっぱい部屋を見つけること
 ができてうれしかったです。
- ・まちづくりセンターに行って知らないことをたくさん教えて
 もらいました。火事の時、外に出られるドアがありました。
 火事になるとシャッターがおりてくる
 ことが分かりました。
- ・今度、本を借りに行きたいです。
- ・寒さにまげず、コロナにまけない一日を
 すごしてください。地域の人のためにがんばってください。
 2年生のみなさん、お便り有り難うございました。まちづく
 りセンターの講座等にも来てください。待っています。



市・県民税申告受付

日時 3月1日(火) 9:00～16:00
 ※8:30から受付整理券を配布
 場所 郷原市民センター 2階講座室

地域情報発信!ホームページをご覧ください!

検索「郷原市民センター」及び「郷原まちづくりセンター」

交通安全街頭指導日

1月11日(火) 1月21日(金)
 2月 1日(火) 2月14日(月)
 ☆☆ ゆとりある 心と車間の ティスダンス ☆☆