

安芸灘だより

下蒲刈まちづくりセンターHP



12月号
(No.242)



下蒲刈地区の人口と世帯数

【令和5年9月末現在】(前月比)

人口	1,176人	(-3人)
男性	563人	(-1人)
女性	613人	(-2人)
世帯数	688世帯	(±0世帯)

【発行日】令和5年11月10日

【発行】下蒲刈まちづくりセンター

呉市下蒲刈町下島1730

【電話・fax】

(0823) 65-2027

秋を満喫! ~ 笑顔いっぱい 活気あふれる下蒲刈 ~



プロキングin下蒲刈(10/7㊥)

← 今回は三之瀬地区を歩きながら、しゃがんだり立ち上がったたりしてフィットネス効果を高めながら楽しくゴミ拾いができました。綺麗になると気持ちいいですね!
《プロキングとは?》
ジョギングをしながらゴミ拾いをするという新しいフィットネス。

文化と歴史の祭典、第21回朝鮮通信使再現行列が10月15日、4年ぶりに開催されました。当日は晴天に恵まれ、参加者や観光客で賑やかな一日となりました。 →



再現行列(正使を乗せた輿)



でまええほん会：下蒲刈保育所(10/17㊥)

読書の秋到来。朗読研究会「つばき」の方の読み聞かせに夢中になって聴いていました。

第20回高齢者交通安全自転車大会に広交通安全協会の代表として、下蒲刈から2チームが参加しました。団体の部でAチームが、優秀賞に輝きました。

「来年は優勝めざして頑張ります」



高齢者自転車大会に出場の皆さん(10/21㊥)

~令和5年度下蒲刈町民文化祭 開催しました~

11月3日~7日、農村環境改善センターにて開催された「下蒲刈町民文化祭」は、島内外からの来場者で大盛況のうちに幕を閉じました。今年は作品展示の外に「作品販売」「菊の鉢植え観賞」「絵本の読み聞かせ」を行い来場者の皆さんに喜んでいただきました。



販売コーナー



見事に咲いた52鉢の菊花



作品観賞

~~~入選おめでとう~~~

第67回くらしの文集(日常で感じたことをつづる)で蒲刈小学校1年「高島優海」さんが入選しました。



わたしがおひるさんかき
たかしまうみ

た	た	わ	を	し	か	う	だ	い	つ	ん	え	ん	に
よ	よ	ま	く	ら	が	み	え	が	は	お			
		し	げ	だ	ゆ	た	で	は	た	か	ん	な	い
よ	に	よ	た	つ	な	い	た	い	い	い	お	い	る
か	こ	い	り	こ	ち	へ	よ	い	に	を	あ	た	と
に	み	の	し	や	ん					し	あ	あ	ん
た	こ	た	ば	て	ん	だ	ど	ば	て	か	ん	え	ゆ
ね	わ	い	し		を		う	い	な	え		え	な
	ら	に	た	ひ	や	そ	し	な	い	ん	あ	ん	ち
		し	り	ご	さ	れ	よ	み	た	び	あ		や

◆安芸灘保健出張所よりお知らせ◆

《11月10日～16日はアルコール関連啓発週間です》
過度のアルコール摂取は、依存症、暴力・DV・虐待、健康障害、20歳未満の飲酒、飲酒運転、妊婦の飲酒などのリスクがあります。

★アルコールと上手に付き合ひましょう！

お酒を美味しく楽しく飲んで、健康に過ごすためには「自分の適量を知り、飲み過ぎない」ことが大切です。「適正飲酒」について知り、アルコールのリスクを減らしましょう。

《 適正飲酒の10か条 》

- 1 談笑し 楽しく飲むのが基本です
- 2 食べながら 適量範囲でゆっくりと
- 3 強い酒 薄めて飲むのがオススメです
- 4 つくろうよ 週に二日は休肝日
- 5 やめようよ きりなく長い飲み続け
- 6 許さない 他人への無理強い・イッキ飲み
- 7 アルコール 薬と一緒に危険です
- 8 飲まないで 妊娠中と授乳期は
- 9 飲酒後の運動・入浴 要注意
- 10 肝臓など 定期検査を忘れずに

出典 (公社)アルコール健康医学協会 より

【問合せ】安芸灘保健出張所 ☎ 70-7181

～楽しい蒲刈児童会・子供教室～

10月の子供教室は、「ハロウィン」をテーマに工作やバザーなどで楽しみました。

また、何ヶ月も前から練習したカスタネット演奏をzoomでネット配信し全国のお友達の前で披露！

スポーツの秋！
ということでヨガ、陸上、スポーツ教室もありますよ！



【問合せ】蒲刈児童会 ☎ 68-0838

ふれあいいきいきサロン

「ちょっと♡よいんさい」



内容：舞踊観賞会

日時：11月27日(月) 14:00～15:00

場所：三之瀬集会所2階

参加費：100円

どなたでも
参加できます

☆インフルエンザに負けない暮らし☆

感染経路を断とう

接触感染：主な感染源

電車やバスのつり革、ドアノブ、スイッチ、階段やエレベーターの手すりなど多くの人が触るもの

【予防のポイント】

- ▶ 顔に手を触れない
- ▶ 不特定多数の人が頻繁に触るようなものに触れた後は手を洗う

飛沫感染：主な感染場所

職場や学校、満員電車など多くの人が集まる場所

【予防のポイント】

- ▶ 不要不急の外出をしない
- ▶ 人の多い場所をなるべく避ける (社会保険出版社より抜粋)
- ▶ 外出時間を短くする



おはなしころいんからのお知らせ

《12月 絵本会の予定》

日時：12月16日(土)

10:00～11:00

下蒲刈農村環境改善センター内 図書室



町民文化祭での読み聞かせ会の様子：11/4㊥

蘭島文化振興財団からのお知らせ

～夢のかけはし～蘭島閣ギャラリーコンサート

○予約制は7月のコンサートで終了しました。

日時：12月16日(土) 開演18:30(開場17:45)

終演予定20:00頃

場所：蘭島閣美術館 (呉市下蒲刈町三之瀬200-1)

出演者：小山 実稚恵(ピアノ)

入場料：当日一般1,700円、3才～高校生以下無料

*全席自由席

『コンサートの会』会員の方は入場引換券をお持ちください。



【問合せ】蘭島文化振興財団 ☎ 65-2029

あたたかい善意

下蒲刈地区社会福祉協議会へ次の方から寄付をいただきました。ご厚情に対し深くお礼を申し上げます。

お寄せいただきましたご厚意は、地域のために活用させていただきます。

下島 西岡 和子様

【夫 西岡 暁様 逝去】

編集後記：朝のテレビ番組で「今日はMCの〇〇さんが体調をくずされてお休みです」と。町民の皆さん、体調管理に気をつけましょう！
装ひてしまひて風邪の顔ありぬ 田畑美穂女 句

