

毎月10日発行 No.330号 ☆広地区の人口 4月末☆
【編集・発行所】
広まづくりセンター
〒737-0112
呉市広古新開2丁目1番3号
(電話)71-2151 (FAX)73-5034

人口 42,897 (-59)
●男 20,780 (-44)
●女 22,117 (-15)

我々が出来ることは、今を生きることだけだ。過去には戻れないし、未来があるかどうか定かではない。人の心を本当に動かすにはその人の体験から読み出る行いと言葉しかない。知識だけでは人は共感を感じないからだ。自分が真実から目をそむけて子どもたちに本当のことが、語れるのか。宮沢賢治

“七夕”と書いて“たなばた”と読むワケ

梅雨が過ぎるといよいよ夏がやってきますね。7月というと七夕ですが、七夕は中国の“七夕伝説(星伝説)”と“乞巧奠(きこうでん)”という行事に由来します。

七夕伝説は、機織(はたお)り上手で働き者である天帝の娘の織女が、天の川の向こう岸にいる牽牛と出会い、恋に落ちさっぱり働かなくなったため、怒った天帝は天の川の兩岸に引き離して年に一度だけ会う事を許したという話ですね。“乞巧奠”とは陰暦7月7日に女子が手芸・裁縫などの上達を祈った行事です。

“七夕”は、なぜこれで“たなばた”と読むの？と思ったことはありませんか。七夕は元々“しちせき”と呼ばれていました。“たなばた”になったのは、日本古来の神事の“棚機(たなはた)”に由来しています。棚機は、神事で使用する着物を織る“織り機”のことで、“棚機津女(たなばたつめ)”と呼ばれる選ばれた女性だけが、使うことを許されていました。

棚機女が棚機を使って織った織物を神様に供え豊作祈願や穢れを祓う神事が行われていたのですが、やがて7月7日にお盆の準備をするための行事となりました。

手芸・裁縫などの上達を織姫に祈ったことがはじまりですから、全ての願いを届ける先は織姫です。しかしながらその願いを叶えるのは自分自身の努力です。自分は何もしないで神頼みにより願いを叶えようとするのは厚かましすぎますね。天に向かって伸びるに吊るすのは、願い事を天に届けるためです。子どもたちはいろいろ願い事がありますが、大人も願い事を書いてみてはいかがでしょうか。 館長・細川

広まづくりセンターからのお知らせ

7月20日(土)受付開始の短期講座

①おいしい楽しい薬膳料理 ～冷え性は万病の元・第3弾～

対象 18歳以上
日時 9/4(水) 10:00～13:00
場所 広まづくりセンター
料金 1,900円
定員 16名(先着)

成人向け

②スタンプクッキーをつくろう

クッキー生地を伸ばして均一な厚みになるように整え、その後クッキー型やスタンプで押し付けて形を作ります。焼くと、クッキーにはスタンプされたデザインが浮かび上がります。楽しくて美味しい、クッキーです。小学生向けの講座です。

対象 小学生(2年生以下は保護者同伴)
日時 8/31(土) 10:00～13:00
場所 広まづくりセンター
料金 1,500円(同伴保護者不要)
定員 16名(先着)

小学生向け

③おやこでたのしくバレエストレッチ ～バレエにつながる柔軟性をそだてよう～

対象 1～3歳
日時 9/10・24, 10/8・22(全て火曜日)
14:30～15:30 4回コース
場所 広まづくりセンター
料金 1,600円
定員 10組(先着)

乳幼児向け

体力測定

広地区自治会連合会 地域に根ざす健康づくり事業

開催日 令和6年7月24日(水)
時間 9時00分～11時30分 受付は11時まで
場所 広市民センター3階ホール
測定項目(予定)

- ※ 血圧、身長、体重、体脂肪、骨密度、握力
- ※ 開眼片足立(片足で立っている時間)
- ※ ファクショナルリーチ(動的バランス)
- ※ 10M歩行(健脚力、10メートルの歩行タイム)
- ※ TIMEUP&GO(椅子から立ち歩行し座る迄の時間)

* 運動のできる服装で、タオルなどをご持参ください。
* レクリエーション保険加入の為受付で記名をお願いします。
* 問い合わせは、☎080-1919-6088 堀様まで
主催 広地区健康運動推進協議会・呉市保健所東保健センター
共催 広地区自治会連合会・広地区社会福祉協議会

「ひろひろ・ば」からのお知らせ 「ひろひろ・ば」夏まつり会

対象 0～2歳、3歳以上の未就園児親子
※対象児の兄弟は参加可
日時 令和6年7月20日(土)10:30～12:00
場所 広市民センター3階ホール
内容 広島国際大学の学生ボランティアサークルLCFによる出し物
定員 なし
申し込み 申し込みは不要です。
料金 無料
問い合わせ 「ひろひろ・ば」☎76-1616



広まちづくりセンター定期講座訪問

③ Wの刺激～脳と足裏～

今回訪問したのは、4月に新しく開講した“Wの刺激～脳と足裏～”です。講師は“いきいき健康体操”でお馴染みの**藪木三恵**先生です。“Wの刺激～脳と足裏～”は、脳へは脳活性化メソッド、足裏へは青竹を使って『ダブル』で同時に刺激を与えるプログラムです。刺激・悲劇・喜劇・感激の4つの「ゲキ」で「シゲキ」とかけているそうですよ。

藪木先生は開発者の**秋野典子**先生の指導を受け、1期生としてインストラクターに、その後**マスターインストラクター**を取得されました。50人のインストラクターの中で6人という難関です。他にもシナプソロジー®アドバンスインストラクター・美 Shisei マスターインストラクター・JWI/AFAA 認定インストラクター(ヨガ・レジスタンストレーニング・Q-Ren ボディメンテナンス骨盤体操ほか)も取得されています。すごいですね。



広まちづくりセンターの他にも、郷原まちづくりセンター・蒲刈まちづくりセンター・呉市営プールアクアパーク・中国新聞文化センタークレドビル教室・呉教室等、幅広く活動されています。

青竹踏みで足裏の眠っていた毛細血管がよみがえり脳の司令部である前頭葉の血流量が増え、冷え性やむくみの改善・疲労回復・デトックス効果・自律神経調整・脳の活性化、軽度認知症改善などの効果があるといわれています。受講生のみなさんは、先生の指導にあわせて脳と足裏に刺激をしていました。心も体も元気になりそうでした。

なにか健康によいことをしたいが、激しい運動はきついなど感じている方、ぜひ体験してみてください。①



広まちづくりセンター休館日
7月は22日(月)です

【藪木三恵先生】

広スポーツ協会からのお知らせ

第55回 広地区ジュニアソフトテニス大会

日時 令和6年8月10日(土)9時～ 開会式

場所 国立呉工業高等専門学校テニスコート

参加資格

- (1)高校の部：広地区の高校に在学する生徒、
市立呉高校および国立呉工業高等専門学校生(3学年以下)
(2)中学校の部：広地区に在住する中学生(1・2年生)

参加費 無料

申込締切 令和6年7月23日(火)

申込先 広スポーツ協会事務局 ☎71-2151 (FAX 可 73-5034)

問合せ先 矢津 (ソフトテニス部長) ☎73-5351 ☎090-8363-1400

第56回 広町民及び広地区近郊・交流女子バレーボール大会

日時 令和6年8月18日(日) 9:00～ 開会式

場所 シンヨーオークアリーナ (呉市総合体育館)

参加区分

- ◎広地区に在住または在勤する女性
◎広近郊地区のチーム
◎誕生日が平成18年4月1日以前の女性

参加費 無料

申込締切 令和6年7月18日(木)

申込先 申込書に必要事項を記入の上、広スポーツ協会事務局へ
広スポーツ協会事務局 ☎71-2151 (FAX 可 73-5034)

問合せ先 柏木 泉 (女子バレーボール部) ☎090-8714-6868

※これら2つの事業は、呉市社会福祉協議会、広地区自治会連合会、賛助会員の助成金により運営しています。

第43回 広町民グラウンド・ゴルフ大会結果

開催 令和6年5月14日(火) 8:30～11:00

場所 広公園運動場

主催 広スポーツ協会

参加者 62名

2ラウンド16ホール

順位	氏名	打数	H.I.O	順位	氏名	打数	H.I.O
1位	戸田 輝義	34	1	6位	大石 靖子	38	2
2位	新良貴 和江	35	1	7位	山本 正弘	38	1
3位	佐々木 孝之	36	1	8位	土生 恵美	38	0
4位	森本 純好	37	2	9位	堀川 幸雄	38	0
5位	奥野 幸雄	37	1	10位	平原 知子	39	2

ひろ協働センターからのお知らせ

「クレートーク 話そう。やりたいこと。この街のこと。」

「もっと地域に関わりたい」「やりたいことはあるけれど何から始めたら良いのかな」など、気になることをまずは話してみませんか？話すことでヒントが見つかるかも。緩やかな座談会です。お気軽にご参加ください。

日時 令和6年7月26日(金) 10:00～11:30

※途中参加、退出も可能です。

会場 ひろ協働センター(広市民センター4階)

対象 呉市在住の方

参加費 無料

申込 不要

問合せ くれ協働センター

火～土：9時～20時 / 日・祝：9時～17時

電話 25-5602

月曜は休館日 ※祝日は翌日が休館日



広図書館からのお知らせ

開館時間 9時30分～20時00分

休館日 木曜日・祝日

*7月の休館日：

4日(木)・11日(木)・15日(祝・月)・18日(木)・25日(木)

※7月のえほんかいの開催はありません。

広図書館 ☎71-7470



編集後記 ～7月発行の新紙幣のお話～

新たな紙幣が7月3日から発行される。新1万円札には「渋沢栄一」と「東京駅丸の内駅舎」、新5千円札には「津田梅子」と「藤の花」、新千円札には「北里柴三郎」と「富嶽三十六景『神奈川沖浪裏』」が描かれる。渋沢栄一先生や津田梅子にはめったにお目にかかれないかもしれない。北里柴三郎先生よろしく。500円硬貨は「桐」と「竹・橘」、100円硬貨は「桜」、50円硬貨は「菊」だ。ちなみに「桜」と「菊」は日本の国花のようだが、法の定めがない。10円硬貨は「平等院鳳凰堂」と「常盤木」、5円硬貨は「稲穂・水・歯車」が「農業・水産業・工業」を表している。1円硬貨は「若木」とう名の存在しない木だ。キャッシュレス化が進んでいるが、できるなら現金も財布の中にたくさんいてほしいなあ。②