

# 上高自治振興区

## 夢まちだより

(令和7年6月20日発行)

庄原市高野町新市 1283 番地

☎:0824-86-2214

FAX:0824-86-2357

e-mail: kamitaka.zichi@gmail.com

田植えが終わり、田んぼの緑がいっそう鮮やかになりました。風に揺れる苗の姿に、夏の訪れを感じる今日この頃です。この穏やかな季節の中、旅行なども多い季節ですね。皆さまがゆったりとくつろぎ、心豊かに過ごせますようお願いしております。

令和7年度 上高自治振興区通常総会開催

【開催日】 令和7年5月15日(木)

- ・開会あいさつ 井ノ本区長
- ・来賓祝辞 庄原市市会議員 前田 智永 様  
庄原市役所高野支所長 糸原 秀晴 様
- ・来賓紹介 庄原市社会福祉協議会北部地域事務所長 永田 伸子 様  
庄原市消防団高野方面隊長 小原 正次 様



・議 事

【議 長】 林 満博様(和南原)

【議事録署名人】 佐中 昭男様(和南原) 長瀬 利子様(南)

【代 議 員】 総数17名 (出席者15名 委任状2名)



庄原市役所高野支所長 糸原様



庄原市市会議員 前田様

■事務局より提案したすべての議案が、原案通り承認されました

- 【内 容】
- ・令和6年度事業報告・決算報告・監査報告
  - ・令和7年度事業計画(自治振興区事業計画・生涯学習委託事業計画・高野地域未来塾事業計画) 予算(一般会計・生涯学習委託事業特別会計・高野地域未来塾特別会計)
  - ・役員改選について(任期満了)※立候補者なし  
選考委員(各自治会長)から経緯説明後、8号議案役員選任(案)上程  
※令和7年度役員に顧問を設置(上高自治振興区規約11条により)  
※代議員より意見として、役員若返りを希望  
※次回改選時まで、役員若返りを視野に入選を検討する



井ノ本区長挨拶



議長 林 満博様



選考委員代表 永田豊秋様



長瀬副区長挨拶



議案承認

### 令和7年度 上高自治振興区 役職員紹介

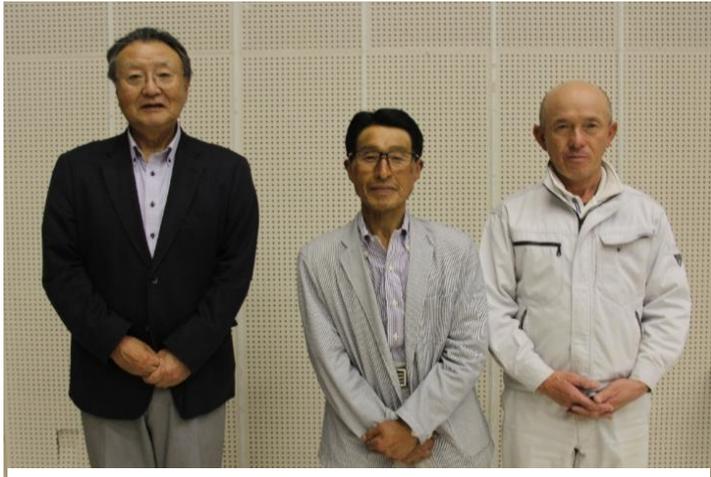


区 長	永田豊秋	自治会運営部長	部会にて決定
副区長	井ノ本清道 天根公昭	生涯学習部長	増本英治
幹 事	盛原和雄(湯川自治会長)	高齢者福祉部長	中井節夫
	松木健二(南自治会長)	監 事	中間祐吉 田中秀身
	永田豊秋(新市自治会長)	事務局長	奥田久美子
	岡村幸雄(和南原自治会長)	事務職員	新林尚美
顧 問	長瀬廣司 向田康浩	地域マネージャー	福祉担当:坂本敬子

■本年度も宜しくお願い致します。



## 新役員のご紹介



井ノ本副区長 永田区長 天根副区長

こうした中で、自治振興区は、行政が対応しきれない分野において、区民の皆様と知恵を出し合い、協力しながら、より良い地域づくりを進めていくことを目的としております。昨年引き続き、防災対策や高齢者福祉、地域資源を活用した体験学習の推進など、さまざまな取り組みを展開してまいります。また、次世代を担う役員体制の改善や、上高・下高自治振興区の連携強化にも積極的に努めていく所存です。

地域力をさらに高め、持続可能な幸福人口を守るためには、多くの要因を考慮しながら、皆様とともに歩んでいくことが何より重要です。これからも自治会役員の皆様、区民の皆様の温かいご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

## 新区長就任の挨拶

区長 永田 豊秋

この度の総会をもちまして、役員任期が満了し、新たに区長に就任いたしました。その責務の重さを痛感しております。10年前には2,400人だった人口が、今年に至っては1,400人あまりとなり、実に1,000人が減少しました。このような中山間地域ならではの将来への不安があるからこそ、誰もが安全で安心し、豊かに暮らせる地域づくりが求められています。

## お知らせ



講堂の床修繕工事が完了し、上高自治振興センターの講堂が美しく生まれ変わりました😊  
新しくなったフロアは快適にご利用いただけます。

皆さまのご利用を  
心よりお待ちしております♥

上高自治振興区は・・・地域の中にある様々な課題(困りごとなど)

をみんなで話し合いながら解決に向けていくとともに、より地域が

元気に」なる活動(地域づくり)をと一緒に進めていきます。



# 令和7年度小学校運動会

「みんなが主役！～最後までチームで楽しむ運動会」



5月26日（月）に行われた小学校の運動会は、テーマのとおり、みんなが主役の最後まで楽しい運動会でした。誰もが生き生きと輝き、笑顔が飛び交い、素晴らしい演技や迫力あるリレー、徒競走、親子競技にと、児童、保護者、地域の方々が一体となり、元気をもらいました。

上高自治振興区高齢者福祉部会出前講座は、庄原警察署高野駐在所警部補前田育男様に『高齢者が安心して暮らせる地域づくり』について楽しくわかりやすくお話をいただきました。交通事故防止のため、参加者が運転映像を視聴し、危険を感じた瞬間にボタンを押すという判断力テストを実施しました。その後、『どこが危険でしたか?』と警部補様からの質問に、それぞれ確認し合い、参加者の皆さんは、『危険予測能力を養い、実際の運転時の安全意識を高めることができた』と話されてました😊



庄原警察署高野駐在所  
警部補 前田育男 様



☆盗難被害予防 → 鍵を閉める

- ・自動車などにカギを付けておかない
- ・倉庫など中を見えないようにする  
(窃盗犯が倉庫内の下見をしている為)
- ・米の保管庫にも必ず鍵を掛ける



皆様からの感想

- ♥ 自分でわかっているつもりでも、話を聞くと不安になるところがいっぱいあった。心がけていきたい
- ♥ 普段思っていない交通規則など沢山気づかされた気を付けて運転をしたい
- ♥ 交通安全や詐欺の話が聞けて良かった ..他

詐欺被害予防 → 支払う前に確かめる

- ・知らない電話番号には? 出ない、かけない
- ・覚えのない請求は? 宅急便は?  
すぐに支払わない! 受け取らない!  
他の人に相談(親族・警察など)  
折り返し調べて支払うと伝える  
(実際に支払い対象の会社などに確かめる)



講師の前田警部補様  
ご参加いただきました皆様  
ありがとうございました♥



☆ 7月：各事業予定 ☆

※シニアストレッチ教室・子ども塾はいつも通り開催します

<p>スマホ教室 (全2回)</p> 	<p>日にち: 7/15 (火) (1回目) : 7/22 (火) (2回目) 時 間: 13:30~15:30 参加費: 1回 500円</p>	<p>上高自治振興センター ※なみかカード持参者には10ポイント付与 【講師】香川麻里先生 (高野町) 申込期限: 7/8 (火) まで</p> 
<p>刃物研ぎ</p> 	<p>日にち: 7/16 (水) 時 間: 10:00~12:00 金 額: 1丁 300円</p>	<p>上高自治振興センターへご持参ください! 内容: 包丁、鎌など (1人様: 3丁まで) ※なみかカード持参者には10ポイント付与</p> 
<p>ロビーコンサート in 高野</p> 	<p>日にち: 7/28 (月) 時 間: 14:00~ 参加費: 無料 主 演: 広島ジュニアマリンバ アンサンブル</p>	<p>上高自治振興センター 内容: コンサート (マリンバによる演奏) ※子どもたちの元気いっぱいの演奏を是非お聞き ください!! 詳しくはチラシをご覧ください!</p>

# 【福祉だより】

上高自治振興区 (福祉) 地域マネージャー  
令和7年6月

## 新緑のまぶしい季節になりました

梅雨真っ只中ですね ☔ うとうしい毎日が続いています。

●豪雨、河川の増水、土砂崩れなど警戒も必要になってきますが、心配して川の側や裏山などの見まわりには出かけないようにして下さい。どこに危険があるか、わかりません。気をつけて過ごしましょう。

●ところで、水分摂取わすれていませんか？ 身体のだるさは脱水症状かもしれません!! 1日の中でも寒暖差が激しいので、高齢者や身体の弱い方は体調管理が大変だと思います。朝起きたら、まず1杯の白湯で身体を暖めてから行動することをおすすめします。

4月から、上高自治振興区主催の『**デイホームきょうもいこう家**』を始めました。

おしゃべり・体操・折り紙・レクレーション・頭の体操など、盛りだくさんの内容です。

他地域の方とも久しぶりに会えて、「良かった」と話も弾みました。

毎月一回、『**おでかけわごん**』に乗って来て、お昼を一緒に食べ、ゆっくりと過ごします。

その後、『**おでかけわごん**』で帰る。そんな楽しい1日を過ごしてもらっています。



### (和南原ふれあい会) (湯川ふれあい会)

参加依頼がありましたので、行かせてもらいました。

簡単な腕・肩・口腔体操を行いました。

また、新聞紙やペットボトルのふたを使って、手・指の筋力維持につながるゲームをしながら、楽しく過ごしました。



【6月4日】に『**フレ!フレ!フレイル予防デー**』がありました。

「おいしく食べて健康維持&口腔ケア」について坂口管理栄養士さんからフレイル予防の講演がありました。フレイル予防の3本柱として、①**栄養** (バランスの良い食事をしっかりとる) ②**運動** (散歩や運動を習慣化しましょう) ③**社会参加** (趣味活動や外出する事が大切) が挙げられました。「1日3食、主食・主菜・副菜を意識して食べること」や「タンパク質を多く含む食品を意識して食べる」などを、分かりやすくユーモアを交えて楽しく講演してくださいました。美味しい試食(豆乳坦々そうめん、ビールに見えるゼリー)も頂きました。

その後、「シルバーリハビリ体操」を行いました。肩痛予防、つまずき・転倒予防、嚥下・口腔体操を踏まえたリハビリ体操をしてくださいました。

良い話を聞き、身体もほぐれて、有意義な時間を過ごされたことと思います。

**おでかけわごん**を利用して参加できるので、みんなを誘って来ることができました。「これからもどんどん参加するよ😊」と喜びながら、

おでかけわごんに乗って帰られました。

