

令和7年度 下高自治振興区 敬老会

日時：令和7年9月13日（土）10時～14時（予定）

場所：下高自治振興センター 体育館

申込みをいただいた皆様ありがとうございます。
敬老会に向けて準備を進めております。当日をお楽しみに♪

9月の行事予定

行 事 名	開 催 日 時	参加費	内 容
 きらく食堂	9月3日水曜日 10:00～14:30	100円 （お茶代）	食の「集まりの場」です 詳しくは回覧文書またはチラシを ご覧いただき、お申込みください ご参加お待ちしております♪
 シモタカフェ	9月3日水曜日 19:00～20:30	100円	フリーの会です お気軽にご参加ください♪
 下高自治振興区 敬老会	9月13日土曜日 10:00～14:00	1,500円	子どもたちのピアノ演奏 太鼓やカラオケ大会、 バンド演奏など 楽しい時間を過ごしましょう☆
 たかの体験 秋	9月28日日曜日 10:00～14:00	大人3,000円 小・中学生1,500円 幼児無料	稲刈り体験と羽釜ご飯炊き 詳しくは前項の予告を ご覧ください
 書道教室 ＜サークル＞	毎月第2・4月曜日 13:30～15:00	2,400円/月 （教材費実費）	毛筆を中心に学びます 新メンバー募集中です♪
 子育て応援 とことこ	毎週木曜日 10:00～12:00	無料	和室を開放しています お気軽にお越しください♪
 パソコン教室 ＜サークル＞	毎月第2・3・4金曜日 14:00～16:00	2,000円/月	パソコン操作の基礎から応用 新メンバー募集中です♪

下高自治振興区が開催する生涯学習事業に参加いただくとなみかポイントを10ポイントプレゼント！参加される際にはなみかカードを忘れずお持ちください。



編集 後記

8月はじめはイベントラッシュでした。暑さや雨など天候を心配していましたが、無事に終えることができました。ご協力いただいた地域の皆さまありがとうございました。来月は、2年に一度の下高地域での敬老会です。準備頑張っていますので、ご参加お待ちしております。
井上

みんなが主役 みんなで創る みんなの下高

なんずかんず下高

8月地域マネージャー通信

担当 向田富美恵



今回は「子育て支援センターすくすく」とコラボ企画！
ヘッドマッサージ体験をしました。講師には庄原市西城町でエステサロンを開いておられる坂野さんをお招きし体験させていただきました。

子育て中のお母さんや、子育てがひと段落された方々がご参加くださり、賑やかに開催することができました。

ヘッドマッサージは仰向けになっていただいて、ホットアイマスクをして施術をしていただきました。

頭皮に炭酸スプレーを浸透させるシーンもありスッキリしました。

体験された方は皆さん「気持ちよかったー」「ずっとしてほしくらいいいわ～」など感想を言われていました。



講師:坂野さん



待ち時間はお茶をしながらみんなでお話の時間～
久々に会うお母さん方もおられ、子どもの成長の様子などをお話されていました。



春に地域の方からお花の苗をいただき下高自治振興センター前の花壇に植えさせていただきました。

おかげさまでそのお花が綺麗に咲き始めました。

お近くにお越しの際は、ぜひご覧いただければ嬉しいです。
皆さまのご協力に感謝申し上げます。



シモタ
カフェ

予告

9月 シモタカフェのお知らせです。

9月シモタカフェを9月3日（水）にフリーの会を開催します。
今回は来られた方とゆっくりお茶を飲みながら、高野の夏についてお話ができたらな～とおもっています。
どなたでもご参加OKです。
ゆっくりお話ししながらお茶を飲みませんか？
沢山の方のご参加お待ちしております。



『夏あそびの達人と川で遊ぼう!』に 広島市内などから58人が参加しました

川あそびを楽しみに来ました!

7/20(日)にふるさと村高暮で『夏あそびの達人と川で遊ぼう!』を実施しました。

都市部から高野に来られた方々に食や自然体験を通じてファンになって頂くため春夏秋冬の年4回行っているものです。

今回は、主に広島市内から定員を大幅に超える58人がご参加くださいました。

まずは、簡易プールに放した鮎とヤマメを子どもたちがつかみ取りました。泳ぐのが早く、なかなか捕まえない様子でしたが、全部捕まえてから早速、炭火で塩焼きにしました。

近くの神之瀬川で鮎釣り名人の友釣りを見学してから、浮き輪や水中メガネを付けて泳ぎ、皆さん楽しそうでした。お昼には高野の野菜を使った「特製トマトカレー」をお腹いっぱい食べて今回は終了となりました。ほとんどの方がリピート参加で、お友達などを誘って一緒にご参加くださっています。楽しみになさってください嬉しいです(^^)♪



ヤマメと鮎のつかみ取り! 泳ぎが早いけど、捕まえることができたよ!

ふるさと村高暮付近の川で、鮎釣りを見学したり、川の生き物を探したりしながら遊びました



炭火で焼いたヤマメと鮎の
塩焼きはサイコーです!



高野の野菜を使った「特製トマトカレー」をお昼に食べました。めちゃ美味しいと大好評でした(^^)♪



【次回】9/3(水) 10時頃から

【内容】 昼食と健康のおはなし

【場所】 下高自治振興センター

【対象】 下高地域にお住まいの65歳以上の方

【参加費】 100円(お茶代のみ。お昼代は不要)

【おでかけワゴンの送迎】 (運賃はきらく食堂が負担します。要予約)



下高センター行9:00頃(各自宅迎) 自宅帰14:45(下高センター発)

【配達します】 昼食に『お好み焼き』を作ります。きらく食堂に来れないけれど、お好み焼きが欲しい方はご自宅へ配達します。料金は1枚500円です。

(基本65歳以上が対象 高野全域に配達できます)

ご参加または配達をご希望の方は下高自治振興センターまでお電話ください。

申込み先 下高自治振興センター 86-2679



たかの体験「秋」開催のお知らせ

秋のたかの体験 『稲刈り体験と新米羽釜ごはん炊きと栗拾い』

開催日 9/28(日) 10:00~14:00

集合場所 下高自治振興センター駐車場
体験会場 田んぼ(奥門田)
定員20名 \秋の申し込みはこちら/



高野町内の田んぼで稲刈り体験と、高野産の新米を羽釜で炊いて、絶品の漬物などと一緒に食べます。生産者からお米について話を聞くことが出来ます。昼食後には大きな栗を拾いに行きます(昼食付)

