



# 宇山地域センターだより

2025年1月号  
東広島市河内町宇山 1481  
Tel/fax082-438-0449

新年明けましておめでとうございます。

ご家族お揃いで輝かしい新年を

お迎えの事とお慶び申し上げます。

平素は各行事にご協力、ご参加をいただき誠に有難うございます。

宇山は静かでのどかな2025年の新春です。

集落は78戸、人口143人で、美しい山も川も水田も資源は非常に豊です。

空家も出来るがそれぞれ事情があり、すぐに空家バンクへの登録は進まない。

新年は地域おこし協力隊員が、河内地区に1名募集される。宇山とのつながりがどのような展開になるのか楽しみにしています。

各種会合の中で地域活性化する事項が種々提案されていますが、もっともっと多くの意見が出され、宇山の資源を有効活用する方法が具体化し活動展開されることを強く願っています。

今年度の行事は、2月に椎茸の植菌打ちを残していますが、12月初めに有志の協力を得て300本の原木を確保しグラウンドにて乾燥中です。多くの皆さんが、体験に参加され持ち帰って栽培していただきます。食卓に並ぶまで時間が掛かりますがその分楽しみも増大します。

今年も沢山の方がグラウンドや研修室での活動に参加され、大きな声で笑い意見を交え、楽しく健康で過ごされますよう祈念いたします。(M.S)



## 《1・2月の講座案内とお知らせ》



### ・「不安を解消する講座」②

今回は、遺言・後見人・高齢者の権利について学びましょう

講師：北部地域包括支援センター長 岡前 敦代氏

日時：2025年1月30日(木)10時～

### ・農業体験「しいたけ栽培」

日時：2025年2月8日(土)

A.(9時30分～)／B.(11時～)

参加費：1セット(原木2本)1000円

定員：A・B各15グループ(個人も可)

どちらも詳しくは別紙をご覧ください。お申し込みお待ちしております。

## 《12月の活動報告》

### ・農業体験しいたけ栽培用 原木伐採 12月2日(月)

2月8日に開催する、農業体験しいたけ栽培に使用する原木の伐採をしました。足元の悪い斜面での作業や力仕事など、寒い中作業していただいた皆様、ありがとうございました。

### ・地域センター大掃除と避難訓練 12月12日(木)

年末恒例の地域センター大掃除に、26名ご参加いただき、ありがとうございました。各部屋や廊下、屋上や外窓・溝など、ピカピカに美くなりました。

続いて、避難訓練と避難所開設・消火訓練をしました。乾燥した日が続きます。火の用心しましょう。



### ・しめ飾り作り講座 12月21日(土)

新年を迎えるために欠かせないしめ飾り。今年も杉原英二さんにご指導していただいて、参加者9名みんな立派なしめ飾りが出来上がりました。



←左縄は難しい。  
先生の手元を見  
つめます。  
→初めてとは思え  
ない縄ないの姿勢



### ・健康教室

お口の健康講座をして頂きました。

杉野佳代歯科衛生士と江村美樹管理栄養士より、噛む力の大切さや、必要栄養量を取るための献立のコツなどを伺いました。



東広島市から表彰されました。

健康教室が始まって今年で6年目。健康づくり・介護予防に取り組む通いの場として、継続活動を表彰していただきました。



## 《地域の行事予定》



### \*住民自治協議会『四季の里宇山』

そば打ち教室 1月17日(金)10時～ センター調理室

ボーリング大会 1月26日(日)9時～ 賀茂ボール

\*宇山サロンしらゆりの会 サロン1月8日(水)13:30～センター研修室