

東西条地域センターだより



第57号

令和4年8月25日発行

東西条地域センター TEL&FAX 082-421-2023

敬老の日の わが周囲 みな老ゆる (山口青邨)

「敬老の日」、9月の第三日曜日、国民の祝日。9月15日であったが、平成15年に現在のように改訂された。この日は多年にわたり社会につくしてきた敬老者を敬愛し、長寿を祝う催しが行われる(角川学芸出版「俳句歳時記」より)。

残暑はまだまだ厳しいが、それでも月半ばを過ぎると朝夕涼気を感じよう。この季節、夏場の疲れが表面化したり、暑さのために消化器系統が弱っていたり、とかく健康を害しやすい。

「打ったかいまた打ったよとすれ違い」最初の「打ったかい」はワクチン4回目接種、「また打った」のは大谷翔平選手の本塁打。彼の活躍は、ベーブルース以来104年ぶりの「2桁勝利&2桁本塁打」で明るい話題になりました。いつも地域センターをご利用いただき、ありがとうございます。季節の変わり目、コロナ禍と相まって落ち着かない毎日ですがご自愛ください。(折羽)

《コロナ禍の夏まつり・伝統を絶やさないために!》

令和元年度は大型台風10号の発生、令和2、3年度は新型コロナウイルス感染症予防のために盆踊りを中止しました。コロナ禍ではありますが、伝統ある「吉士実ぼんおどり」を維持・発展させていくために今年度は規模を縮小して行いました。

「3年中止は継承の岐路だ!」「やらない方が楽だが、やらないと技が廃れる!、一時的な規模縮小はやむを得ない」「今年が大事!再開する可能性がなくなり、消滅するかも?」「子ども・若者が参加意識を持つために!」など、多くの意見が出ました。(8月14日の様子)

「準備・事前作業・踊り」を全て引き継ぐ大切さ!「経験(人)、技能・技術(使う道具・太鼓・口説き)」等、地域文化を繋いでいくために! **「地域の伝統行事の伝承が最も大事!」だから決行!**

※イベント時のコロナ感染防止策を検討し参加者に徹底しました。(盆踊り保存会、地域センター長)



《地域センター長、夜のひととき!『ブラックホールのお話』》

「はじめまして」に出会う夏 あなたも天体観測はいかがですか? R4.8.13「広島星まつり」

・銀河にひそむ巨大なブラックホールですが、そもそもブラックホールって何か?

重力が強すぎて、物質も光も吸い込まれて出て来られない天体

・見えないブラックホールをどうやって観測するのか?

(国立天文台ホームページより)

銀河の中心では、ブラックホールの周辺では高速回転している見える星・ガスから推測

周囲のガス雲の運動から(電波観測)、周囲の星々の運動から(光学観測)、背景光に浮かび上がるシルエットから(電波観測・2年前から)

・ブラックホールが撮影されたんだって? どうやって撮影したの?(R4.5.13朝日新聞記事)

まず世界6カ所にある8つの電波望遠鏡で、同時に観測する。望遠鏡を連動させることで、解像度の高い巨大望遠鏡に見立てて観測し、そのデータを解析して「撮影」する。ブラックホールの初撮影が発表されたのは2019年。アインシュタインの一般相対性理論から存在が予言されたが、それを裏付けたと言える。今回国立天文台を含む国際チームが5月12日、地球が属する天の川銀河の中心にある巨大ブラックホール「いて座Aスター」の輪郭撮影に成功。



《市民一人、1学習・1スポーツ・1ボランティア》

《住民の皆様にも、生涯学習の場を提供し、住民同士のふれあいの場を広げる所が地域センターです》

《東西条地域センター・主催講座9講座継続で開催中・半年間をふり返って》

1. 体力向上ビーチバレ・・・毎週水曜日 13:30～15:30
2. 体験しようファミリーバトミントン・・・毎週金曜日 13:30～15:30
3. メンズキッチン・・・全6回/4月～偶数月、第4水曜日 9:30～13:00
4. 子ども三味線教室・・・小学校3年生～中学生、4月から毎月第2土曜日 13時～15時
5. 響け 子ども和 문화・・・幼児～中学生、4月から毎月第4土曜日 13時～15時

《学習発表「ひがしさいじょう・和文化まつり」を令和4年7月2日に開催しました》

真剣に練習に取り組んできた成果発表・6つのプログラムでした。①子ども三味線（演奏4曲）、②響け子ども和文化（音楽劇・ふしぎな柿）、③子ども教室合同（演奏・パプリカ&たき流し）、④東西条邦楽さくらの会（編曲長唄“越後獅子”）、⑤邦楽グループいくわ会（地唄“夕顔”“日本の四季”）、⑥全員で合唱（“新曲さくら”）。今後も日本の伝統文化を受け継ぎます。

6. コロナ禍で考える今どきの終活（講師）AiFit さいきグループ他、研修会3回実施しました
第1回：6月23日・葬儀について 第2回：6月30日・相続遺言について
第3回：7月7日・生前整理と墓、埋葬について。



（センター長の個人的な感想）

とても勉強になりました。少し違和感があったのは、「故人が望むから」と言って安易に山・海洋散骨をする人もあることでした。わが国はこれまで世界の中でも犯罪が少なく、社会秩序が維持されてきたとあっていい。それは、遺骨を墓にお祀りして盆や彼岸などの節目に参拝し、「現在の自分があるのは先祖のお蔭で、先祖に恥じない生き方をしたい」という考え方で生きてきたからと言っても過言ではない。自分さえ良ければいいではなく、先祖への報恩感謝の念は持ちたい。

7. 理科っておもしろい～夏休み中に4回の対面講座「夏休み自由研究」：理科全般～

今年も3年生以上の子どもたち11名が集まってくれました。自由研究は、日頃興味を持っていることを楽しく学習する機会です。お手伝いは今年も、広島大学名誉教授、池田秀雄先生が担当して下さいました。一人一人に寄り添い、一緒になってテーマを決め、進め方や資料のまとめ方などを指導して下さいました。広島大学附属中高等学校での教員経験もあり、楽しく進めて頂いたようです。家庭支援・学習支援に力を入れています。（折羽邦彦）

8. 今日からできる認知症予防：5月12日、地域センターで、講師は下山クリニックさんです。

①一次予防・発症予防、②二次予防・早期発見と治療、③三次予防・進行予防、と段階的に分類されており、それぞれの予防方法を・実技を学びました。

「楽しくその人らしく住み慣れた場所でいつまでも」生活し続けるコツを紹介して下さいました。

9. 百歳体操・介護予防「通いの場」は毎週火曜日：「元氣にかよう会」として実施中。継続的な運動はフレイル（虚弱）を防ぐ効果があり、住民同士の交流にも一役かっています。

現在、登録者数は70名、常時参加者数は45名程度で、ホールはほぼいっぱいになります。

知っ得！健康体操（8月から4回シリーズ）

日時：8月25日（木）14時～15時
場所：東西条地域センター ホール
講師：桜が丘保養園 介護福祉士、社会福祉士 他
指導内容：①タオル体操 ②レクリエーション
準備物：タオル、飲み物、室内シューズ
定員：40名 参加費：無料 申込締切り：8月23日（火）
次回開催日は10月27日（木）お楽しみに！

フレイル・健康講座

日時：9月1日（木）14時～15時半
場所：東西条地域センター ホール
講師：徳森公彦 准教授（広島国際大学）
内容：フレイルを知ろう、フレイルの自己チェック
準備物：タオル、飲み物、室内シューズ
定員：40名 参加費：無料 申込締切り：8月
※7月14日「ターリガ」を進展 25日（木）