



令和5年2月号

## 原に渡り鳥が来ました。

渡り区分: 漂鳥(ひょうちょう)

益々寒さが厳しくなってきました  
皆様お体を大切にしてください。

さて、オシドリが原に飛来しました。  
オシドリ(鴛鴦)は「おしどり夫婦」と言われるようにオスの色彩の派手さとメスは地味ですが一緒につがいでいることが多く、仲良しの象徴として表現します。

実はこのオシドリは毎年ツガイを変えますが、長年ツガイとして続くのは人間の夫婦が一番です。

オシドリの一句を俳人一茶が詠んでいます。

(はなれおし ひとすねすねて ねむりけり)  
「放れ鴛 ひとすねすねて 眠りけり」



写真提供 井川良成さん

~原にいる鳥 ミニ図鑑~



(馬場台で)

『ノスリ』

トビより一回り小さい  
白っぽいタカ  
電柱によく止まる



(宮東で)

『シジュウカラ』

大きさはスズメくらい  
白いほっぺ  
黒いネクタイ模様

## 森林環境教育

~椎茸を育てよう~

1/22(日)賀茂地方森林組合指導の椎茸植菌体験会を開催し、予定を超える70人が2部に分かれ参加し、木・椎茸・菌・保管方法について学びました。

今回の椎茸原木は、原地区の山林伐採木を利用し、原財産区や地域有志に提供いただきました。地域の自然環境を大事にしていきたいところです。

参加者から「たくさんの方が集まれて、大盛況ですね。」「シイタケ栽培が大変なことが初めてわかり勉強になった楽しい一日でした。」「2年後椎茸が顔を出してくれるといいなあ」などの感想が聞かれました。

28日の健康講演会も100人近くの申込をいただき、地域の皆さんの関心の高まりを感じています。

原地域センター来館時は、『マスク着用・消毒・検温等』のご協力をよろしくお願いします。

## めざそう いきいき百歳! ひがしひろしま2022

東広島市医療保健課指導の百歳体操は原地区で4団体が活動中です。東広島市は毎年、通いの場の90歳以上の参加者を『いきいき大先輩』と称し表彰し、令和4年度は市内全域で79人が対象者です。



ここ原地区では、『原いきいきサークル』の佐々木チサコさんが市長からの表彰状を手に入れ「親から健康な体をもらい、地域の人に恵まれた」と笑顔。同サークルの80代の参加者から「私もあと〇年!佐々木さんを目標にします」と頑張りの輪が広がっています。

原地域センターで  
毎週木曜日9:30~  
もっと広がれ地域の輪



○リハビリ学から始まった○  
バランスボール

2月7日・21日・3月7日  
火曜10:00~11:00

無料体験受付中



きっず・はらっぱ

2/24 (金) 10:00~11:00

親子で簡単クッキング おにぎりランチの巻  
~食べて・遊んで・学ぼう~

材料費 1家族100円

指導：東広島市子ども家庭課 母子保健栄養指導員

~準備のため申込必須2/20まで~



原自治協議会 防犯・防災部会  
刈払機 取扱作業者  
安全衛生教育



3/12 (日) 9:00~17:00

対象：自治会代表者・20人

広島労働局登録教習機関による  
草刈(刈払機)の作業安全講習会

- 基本知識を学び、安心・安全な作業をしましょう
- 受講後、安全衛生教育修了証をお渡しします
- 事前に受講申込書記入が必要
- 各自、自動車免許証コピーと写真(3cm×2.4cm)を準備
- 昼食・お茶は主催者で準備します

3月3日申込締切

ひざ痛対策講座

3/8 (水) 9:30~11:30

広大 田中研究室協力  
定員20人

痛みのメカニズムと体操について  
参加費無料先着順：3月3日申込締切



料理教室

春の食材・フレイル予防を意識して

3/22(水) 9:30~12:30

定員10人

講師：村上容子先生

材料費必要(1,000円以内)

3月は水曜日開催です

3月15日申込締切



令和4年度開始  
古布・古着回収  
【原地域センター】

燃やせるごみの削減とリサイクル目的の  
『古布・古着回収』を実施しています。

5月以降、多くの方にご利用いただいています。  
古着は、ひもで縛るかビニール袋に入れて  
お持ちください。  
対象外もありますので、ごみブックを  
ご覧ください。

センター開館時間：平日 午前9:00~12:00

2月予定表

原地域の皆さんの活動へのご参加をお待ちしています。  
事前に原地域センターまで、ご連絡ください。(定員制限の場合もあります。)

日時	曜	団体名	日時	曜	団体名	日時	曜	団体名
2/1	水	パソコン同好会	2/13	月	詩吟	2/20	月	詩吟
		原地域センター卓球同好会	2/14	火	原フォークダンス			原もりあげ隊
2/2	木	原いきいきサークル	2/15	水	パソコン同好会	2/21	火	バランスボール
2/3	金	おさんぽSUN			原地域センター卓球同好会	2/22	水	原地域センター卓球同好会
2/6	月	詩吟	2/16	木	原いきいきサークル			2/24
2/7	火	バランスボール	2/17	金	おさんぽSUN	2/24	金	おさんぽSUN
2/8	水	原地域センター卓球同好会			2/19			日
2/9	木	原いきいきサークル	2/19	日	原地域センター卓球同好会	2/28	火	原フォークダンス
2/10	金	マイナンバー申請サポート						