



美和町 阿賀地区

集落支援だより Vol.1

(R8.8月発行)

美和総合支所 地域振興課
美和地域 集落支援員 ファウラー
TEL: 96 - 1111
FAX: 96 - 0415

みなさん、はじめまして！

6月から鈴木さんの後任として着任しました、集落支援員のファウラー久美子です。カタカナの名前でなかなか馴染みがないとは思いますが、ぜひ覚えていただけたら嬉しいです。これから阿賀地区と秋掛地区をしっかりとサポートできるよう頑張っていきたいと思いますので、どうぞよろしくお願いいたします。

みなさんにお会いできるのを楽しみにしています！



集落支援だよりは
岩国市のホームページ
にも掲載されています。
ぜひ、ご覧ください！



阿賀地区より

6月20日(土)に「令和8年度第23期阿賀ふれあいセンター通常総会」が開催されました。昨年はもちつき機ともち切り機の導入により、ファミズキッチンで黒米のおもちともち米を販売することができました。今年も、阿賀地区の特産品や体験活動を通して、地域を盛り上げていくことで一致しました。また、阿賀地区の「夢プラン」を説明する時間も作っていただき、無事に「夢プラン」が承認されました。

阿賀地区の夢プランは、

- * 休耕田の活用
- * 世代間交流と技術の継承
- * 阿賀ふれあいセンターの体験交流を知ってもらう

この3つに焦点を当てています。

黒米のもち米・おもち販売や、美和小学校の子どもたちと一緒に、そばの栽培とそば打ち体験。また、阿賀ふれあいセンターの大きな魅力の一つは、味噌作りやそば打ち、こんにゃく作り体験など、いろいろな体験交流ができるということです。阿賀の魅力を発信して、一人でも多くの人に知ってもらうこと、そして実際に阿賀に来てもらうことを目標に、みなさんと一緒に頑張っていけたらと思います！



サロン

7月3日のサロンでは、林はつみさんによる『絵手紙教室』が開催されました。丁寧な指導の下、まずは筆の使い方から教わります。その次は、絵手紙に描く素材探し。いろいろな種類の野菜やお花が並べられ、それぞれが描きたいものを選んで描いていきます。みなさん、どの素材を選ぶかと悩みながら、思い思いの感性で素敵な絵手紙を作ることができました。

近頃は、携帯のメールばかりで、自分で絵を描いたり手紙を送ったりする機会がめっきり減ってしまったような気がします。そんな中、久しぶりに絵を描いたり、絵の具を使って色を塗ったりする体験は、とても新鮮で楽しい時間でした。

阿賀のサロンでは、年間を通して様々な活動を計画しています。まだ参加したことがない方がいらっしゃいましたら、ぜひ一度、遊びにいらしてくださいね！



ちょっと
知識
101

・納豆・



納豆は夜に食べると、血液をサラサラにしたり、成長ホルモンが分泌されることをうながしたり、快眠効果のある物質を生み出したりと、さまざまな良い効果があります。成長ホルモンは大人の方にとっては肌の代謝をうながしたり、免疫力を上げたりしてくれる存在になります。

今後の予定

サロンの「ほのぼの会」
毎週第1・3金曜日
(10:00~12:00)





美和町 秋掛地区

集落支援だより

Vol.1
(R8.8月発行)

美和総合支所 地域振興課
美和地域 集落支援員 ファウラー
TEL: 96 - 1111
FAX: 96 - 0415

みなさん、はじめまして！

6月から鈴木さんの後任として着任しました、集落支援員のファウラー久美子です。カタカナの名前でなかなか馴染みがないと思いますが、ぜひ覚えていただけたら嬉しいです。これから阿賀地区と秋掛地区をしっかりサポートできるよう頑張っていきたいと思いますので、どうぞよろしくお願いいたします。

みなさんにお会いできるのを楽しみにしています！



集落支援だより 秋掛地域Instagram



AKIGAKE_MIWA

情報を発信しています。ぜひご覧ください。

秋掛地区より

少し前の話にはなりますが、6月14日(日)に開催された『子ども芸能大会』で、美和小学校の5・6年生15名と美和中学校の生徒4名が、秋掛太鼓を披露しました。私も自分の子どもたちを連れて見に行きました。練習のときから見守っていたため、「うまく叩けるかな...。バチを落とさないかな...。」とドキドキしましたが、小学校の児童、総勢15名で叩く太鼓と竹の音は、ステージの上ではさらに迫力がありました。中学生は人数こそ少なかったですが、しっかり音が響いていて落ち着いた演奏でした。どちらも練習の成果をしっかりと発揮できていて、素晴らしい演奏でしたよ。秋掛太鼓保存会の方々もありがとうございました！

今後も、美和で開催されるいろいろなイベントで、子どもたちの秋掛太鼓を見る機会があると思いますので、みなさんぜひ足を運んでみてくださいね。



サロン

7月1日には、保健師さんによる、『高齢者のための熱中症対策』をテーマにした講座が開催されました。美和も梅雨が明けて、蒸し蒸しする暑い夏がやってきました。「今年は涼しい夏になるのかな〜。」と、思っていました。早々に期待を裏切られました…。高齢者の方々は熱中症になりやすいというデータがあるので、みなさん気を付けながら、この夏を乗り切りましょう！

【熱中症予防のためにできること...】

- ・1日当たり1.2Lを目安にこまめな水分補給をしましょう。
- ・熱がこもらない服装(襟ぐりの開いた服、ゆとりのあるズボン、風通しのよいスカートなど)を心がけましょう。
- ・外では、帽子や日傘を使いましょう。
- ・冷たいものを持ち歩いて、からだを冷やすのに役立てましょう。
- ・室内は、エアコン等で適切な室温に設定しましょう。(夏は28度が推奨設定温度です。)



ABC!

サロンで英会話教室を始めました！私ファウラーが担当します。興味のある方はぜひ参加してみてくださいね！英会話以外にも、アメリカの国や文化も紹介していけたらと思っています。知りたいことや質問があれば、ぜひ教えてください！

ちこっと
豆知識

納豆



納豆は夜に食べると、血液をサラサラにしたり、成長ホルモンが分泌されることをうながしたり、快眠効果のある物質を生み出したりと、さまざまな良い効果があります。成長ホルモンは大人の方にとっては肌の代謝をうながしたり、免疫力を上げたりしてくれる存在になります。

今後の予定

- ▲ サロン「花令の会」
毎週第1・3水曜日
9:00~11:00
- ▲ 親子で作る竹のおもちゃ教室
8月2日(日) 8:30~12:00
- ▲ 納涼まつり
8月13日(木) 19:00~

