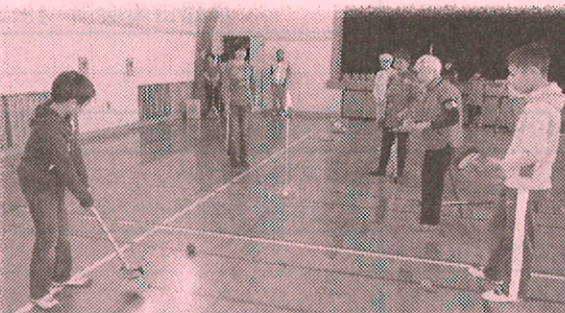


グラウンドゴルフ大会

4月2日(土)室内グラウンドゴルフ大会が開催され、参加した老若男女が優勝目指して頑張りました。ボールコントロールが大変難しく、日ごろグラウンドゴルフを楽しんでいる人ほど苦しめられたようです。ホールインワンを目指して打つ時の真剣な眼差しは素晴らしく、それは美しいものでした。ホールインワンが出れば親子で、プレーヤー仲間でのハイタッチの光景があり、満面の笑顔が見られました。優勝は、わせよんグラウンドゴルフサークルの素敵なスポーツウーマン石井克子さんでした。日ごろの真摯なプレーの賜物で「さすが」と思わせるものがありました。表彰式に臨んだ参加者は皆、晴れやかで、満足感に満ちた表情が美しく次回開催が待ち遠しいものとなりました。

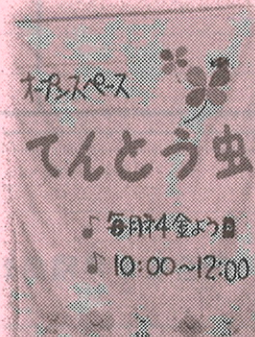
早4 梶本 守



オープンスペース てんとう虫

毎月第2水曜日の「にこにこ広場わせだ」の後に開催していた「いのこり」が、オープンスペース「てんとう虫」として新しくスタートしました。お子さんと一緒に、気軽に遊びに来てください!

毎月第4金曜日
10時～12時
早稲田公民館 和室



第30回記念 わせよんゴルフコンペ

4月9日(土)玉造温泉カントリークラブにて早稲田四丁目ゴルフ同好会の「第30回記念わせよんゴルフコンペ」が開催されました。私は、10年前から参加させていただいておりますが、スコアは歳を重ねても一向に伸びず、載っているハンディも据え置き状態が続いておりました。当日は幸いに天候にも恵まれ、しかも同行メンバーとも和気あいあいの中、プレーに集中でき、結果として予想だにしない「優勝」の栄に欲することが出来ました。今後とも、欲はせず、年相応にゴルフを楽しみ、同好会の皆様と末永くご親交を賜りたく存じます。何分よろしくお願いいたします。

早4 野宗 博



わせだのなかまたち

シリーズ②6 閑人倶楽部

私たちは、早稲田公民館で絵を描いたり、会話を楽しんだり、和気あいあいと楽しく活動しています。水彩画や、パステル、油絵、いろいろ組み合わせたりしながら描いてみたり、やってみたいことにチャレンジしています。「ちょっと、絵を描いてみたいなあ」とか、思っているあなた!ぜひ一度遊びに来てみてくださいお待ちしております。

『閑人倶楽部とは、その閑人たるゆえに、人生を語りながら、絵など描いてみたり議論してみたり、閑人であることを楽しんでいる会である。』

活動日は毎月第2、4土曜日の11時～15時
会費は月500円です。

渡邊 叔子



社協だより わせだ

第122号
2016. 6
発行部数
2600部



2016. 6

早稲田社協のHPは、このQRコードでもご覧いただけます。

早稲田社協のホームページ (こむねっと ひろしま) ⇒ (東区 早稲田学区) <https://www.com-net2.city.hiroshima.jp/02waseda/>
＜編集・発行＞早稲田学区社会福祉協議会 〒732-0063 広島市東区牛田東二丁目12-23 早稲田集会所2F TEL/FAX (082) 225-3685

早稲田の春...

どこから見た景色でしょう?



介護予防通信(2)

〈ロコモ〉という言葉聞いたことがありますか?

〈ロコモ〉(運動器症候群:ロコモティブ・シンドローム)とは、「運動器の障害」により「要介護になる」リスクの高い状態になること

〈ロコモ〉度チェック

1. 片脚立ちで靴下がはけない
2. 家の中でつまずいたりすべったりする
3. 階段を上るのに手すりが必要である
4. 家のやや重い仕事が困難である
5. 2kg程度の買い物をして持ち帰るのが困難である
6. 15分くらい続けて歩くことができない
7. 横断歩道を青信号で渡りきれない

1つでもあてはまれば骨や関節、筋肉が衰えているサインです!



出典:ロコモチャレンジ!推進協議会WEBサイト

若いうちから運動習慣をつけよう!!

上記のチェックリストにあてはまらなかったのに、「私は大丈夫!」と思っていないですか?骨や筋肉量のピークは20~30代で、骨や筋肉は適度な運動で刺激を与え、適切な栄養を摂る事で、強く丈夫に維持されます。少しの距離でエレベーターや自動車に頼っていませんか?自分の足で歩き、栄養バランスの整った食生活で、ロコモ予防をしていきましょう!!

早稲田のニューフェイス! 2016



この4月、早稲田中学校教頭として着任いたしました手賀剛です。同じ東区の戸坂中学校より参りました。保護者の皆様、地域の皆様の力をお借りしながら、これまで積み上げられてきた伝統を引き継ぎ、子どもたちの無限の力を最大限に伸ばしていけるような学校づくりに励んでいきたいと思ひます。今後ともご支援・ご協力をよろしくお願いいたします。

広島市立早稲田中学校
教頭 手賀 剛

元気に響き渡る『おはよう』の声。朝のスタートが実に気持ちのよい学校です。赴任してまだ1ヶ月もたちませんが、地域の皆様の温かさ、保護者の皆様の協力をひしひしと感じています。早稲田っ子と共に学んでいこうと思ひます。よろしくお祈りします。

広島市立早稲田小学校
教頭 安田 悟
















この度、(公財)広島市文化財団事業課から異動してきました本田です。公民館事業に携わるのは初めてのことで、皆様の温かい思いやりのもとでなんとか一日一日を過ごしているところです。地域活動の拠点として、気軽に立ち寄り、皆様に愛される公民館作りを目指し頑張りたいと思ひますので、どうぞよろしくお願いいたします。

早稲田公民館 本田 光雄

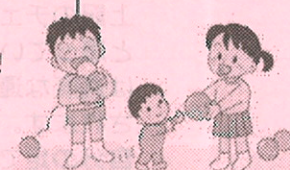
2016年(平成28年)6月

早稲田学区 行事予定表

発行元:早稲田学区社会福祉協議会

月 30日	火 31日	水 1日	木 2日	金 3日	土 4日	日 5日
早稲田中 代休 早稲田小 学校協力者会議 わっせ 練習日 早稲田集会所 19:15~20:45	早稲田小 集団下校	早稲田中 給食試食会・授業参観・懇談会 	門前清掃の日 社協 役員会 早稲田集会所 19:00~ 	早稲田小 プール清掃 早稲田二丁目上 いきいき一む 早稲田二丁目上集会所 13:30~ 	友楽タイム「ソフトボール体験会」 早稲田小学校 10:00~12:00 ゆかたの着付け(とうかさん) 早稲田公民館 13:30~16:30 わせぼんだいこ 練習日 早稲田中 武道場 18:00~20:00 	芒種 ゴミゼロクリーンウォーク 平和公園 女性会日帰り旅行 庄原オープンガーデン 
6日 わっせ 練習日 早稲田集会所 19:15~20:45 東四丁目 ひだまり 女学院ゲストハウス 10:00~ 	7日  オープンスペースは、 主に未就園児たちを自由 に遊ばせながら親同士の 子育て情報交換ができる 場です。	8日 オープンスペース にこにこ広場わせた (中学生とのふれあい) 早稲田公民館 9:30~11:30 民児協 健康相談室 早稲田公民館 9:30~11:00 地区社協合同会議 東区総合福祉センター 14:00~ 華つどみ 練習日	9日 社協 常任理事会 早稲田集会所 19:30~ 社協 広報部会 常任理事会終了後 	10日 早稲田二丁目上町内会 幹事会 早稲田二丁目上集会所 19:00~ 東二丁目上町内会 役員会 早稲田集会所 19:00~	11日 防災 避難所開設訓練 早稲田中学校 10:00~ わせぼんだいこ 練習日 早稲田中 武道場 18:00~20:00 早稲田四丁目町内会 幹事会 早稲田公民館 19:00~	12日 早稲田四丁目 ちゃのみば「花植え」 第一公園 10:00~ 
13日 早稲田小 水泳指導開始 東二丁目 ぼちぼち 早稲田集会所 10:00~ わっせ 練習日 早稲田集会所 19:15~20:45	14日 ふれあいいきいきサロン よりみち 「ハンドベル練習」 早稲田集会所 10:00~ <div>梅雨期のスリップ交通事故に注意しましょう!! 早稲田学区防犯連合組合</div>	15日 早稲田中 前期中間テスト(~16日) 華つどみ 練習日 早稲田中武道場 19:30~21:00	16日 早稲田二丁目上 であいサロン 早稲田二丁目上集会所 13:30~	17日 東二丁目上町内会 幹事会 早稲田集会所 19:00~ 	18日 友楽タイム「室内雪合戦」 早稲田公民館 10:00~12:00 わせぼんだいこ 練習日 早稲田中 武道場 18:00~20:00	19日 父の日 第16回東区軽スポーツ交歓大会 牛田小 体協 定例会 早稲田集会所 19:30~
20日 東四丁目 ひだまり 女学院ゲストハウス 10:00~ 早稲田三丁目町内会 役員会 早稲田公民館 19:00~ わっせ 練習日 早稲田集会所 19:15~20:45	21日 夏至 ふれあいいきいきサロン よりみち 「お茶の美味しい入れ方講座」 早稲田集会所 10:00~	22日 早稲田三丁目町内会 幹事会 早稲田公民館 19:00~ 華つどみ 練習日 早稲田中武道場 19:30~21:00 	23日	24日 オープンスペース「てんとう虫」 早稲田公民館 10:00~12:00 民児協定例会 早稲田公民館 13:30~ 第37回東区民スポーツ大会 委員会 広島モリス 18:00~	25日 早稲田中 心の参観日 女性会 定例会 早稲田集会所 10:00~ わせぼんだいこ 練習日 早稲田中 武道場 18:00~20:00	26日 東区女性会まつり 東区総合福祉センター 10:00~
27日 早稲田中 代休 東二丁目 ぼちぼち 早稲田集会所 10:00~ わっせ 練習日 早稲田集会所 19:15~20:45	28日 早稲田小 平和集会	29日 	30日 早稲田ボランティアバンク登録者募集 お問い合わせ・お申込みは 毎週月・木曜日10時~12時 早稲田社協225-3685まで	1日	2日 門前清掃の日 	3日

オープンスペース にこにこ広場わせた
「早稲田中学校のおにいちゃん・おねえちゃんといっしょにあそぼう!!」
日 時: 6月8日(水) 9:30~11:30
場 所: 早稲田公民館 1階ホール
親子で遊びに来てね~



ふれあいいきいきサロンよりみち
「お茶の美味しい入れ方講座」
日 時: 6月21日(火) 10:00~
場 所: 早稲田集会所 要申込み (問合せは早稲田公民館)

