

# すずがみね

[発行] 鈴が峰地区社会福祉協議会  
広報紙編集委員会  
TEL&FAX 209-0331  
Email suzugamine-shakyo@nifty.com

## ちいさな秋をさがして…



朝夕少しずつ涼しくなってきました。暑かった夏が終わり、少しずつですが秋は近づいています。  
ちいさな秋がないかな？とさがしてみると…、すすきや、色づきはじめてもみじ、どんぐりの実を見つけました。  
あちらこちらに秋がかくれているのですね。みなさんもさがしてみてもいいかな？

### お知らせ！「わがまち鈴が峰で健康に生きよう！講座」

#### 認知症が気になった時の病院との上手なつきあい方

認知症は誰にでも起こる可能性があります。  
認知症の初期症状を知り、気になった時にどこにどのように相談したら良いかなど、自分のため、大切な人のために一緒に学びましょう。

日時： 令和4年 10月1日(土)  
10:00~12:00 (1時間の講座の後に相談会を行います)  
場所： 鈴が峰会館  
講師： 広島市西部認知症疾患医療センター  
看護師 岡田 真理 氏  
会費： 200円 【高齢者いきいき活動ポイント対象事業】  
※自治会を通じて申込書を配付します。9月26日(月)までに鈴が峰会館ポストへご投函ください。

### お知らせ！

#### 「おひさまネット」協力員交流会

10月29日(土)午後、おひさまネット協力員の交流会を実施します。見守り協力員・自治会長・福祉推進委員・民生委員とが、見守り活動の現状・方法・課題などについて意見交換を行います。

くわしくは、該当役員の方々に各部署よりご連絡いたします。

#### 「野分の夜 書読む心 定まらず」正岡子規

野分(のわき・のわけ)とは台風のことです。9月は台風の季節です。落ち着かない夜に備えて、みなさん防災のご準備を！

## ふれあいサロンのお誘い (きっと何かに出会えるはずです)

鈴が峰社会福祉協議会では住み慣れた地域でいきいきとした生活、楽しい時を過ごすため趣味やスポーツを通して仲間づくりの場としてふれあいサロンを行っています。みなさんお気軽にご参加ください。

<b>折り紙教室</b> 毎月第1火曜日 10:00~12:00 担当者 山岸 場所 鈴が峰会館	<b>囲碁・将棋サロン</b> 毎週火・木・土 13:00~16:00 代表者 吉本 場所 鈴が峰会館	<b>大きな声で歌う会</b> 毎月第1月曜日 10:30~12:00 担当者 加藤 場所 鈴が峰会館	<b>麻雀教室</b> 毎週 月曜日 13:00~16:00 担当者 藤井 場所 鈴が峰会館	<b>いきいき体操</b> 毎月第2・4金曜日 10:30~11:30 担当者 岡本・吉野 場所 鈴が峰会館	<b>ラジオ体操</b> 月曜日~金曜日 土・日・祝日、雨天中止 6:30~ 場所 ゴリラ公園
<b>「エール」</b> 毎月第1水曜日 13:00~15:00 場所 鈴が峰会館2階	<b>子育て広場</b> 毎月第3月曜日 9:30~11:30 代表者 小口 場所 鈴が峰会館	<b>カラオケ愛好会(年輪会)</b> 毎月第1・3木曜日 10:00~12:00 代表者 阿草 場所 鈴が峰会館	<b>ピンポン教室</b> 毎月第2・4火曜日 10:00~12:00 担当者 山本 場所 児童館	<b>どんぐりウォーク</b> 毎月第4木曜日 代表者 兼重 場所時間はその都度	<b>鈴ラン体操</b> 毎月第1・3金曜日 10:30~11:30 担当者 立川 場所 鈴が峰会館

\*お問い合わせ先 鈴が峰会館 (金曜日午前中/祝祭日を除く) 電話 209-0331  
社会福祉協議会 梅崎千鶴子 電話 277-9220

# 体協だより

## スポーツの秋です！

### 思いっきり

### 体を動かして

### みませんか？



種目	対象	練習日	時間	場所
バレーボール部	一般女子	木・土	19:30~21:30	井口台中学校体育館
卓球部	一般男女	月	18:30~21:00	鈴が峰小学校体育館
ソフトテニス部	一般男女	火・金	19:30~21:30	鈴が峰小学校グラウンド
バドミントン部	一般男女	土	19:00~21:00	鈴が峰小学校体育館
グラウンド・ゴルフ部	一般男女	土	9:00~12:00	鈴が峰小学校グラウンド
ソフトバレーボール部	一般男女	火・金	19:30~21:30	井口台中学校体育館
ミニテニス部	一般男女	土	13:00~16:00	鈴が峰小学校体育館
		日	10:00~13:00	
ゲートボール部	一般男女	土	9:00~12:00	鈴が峰小学校グラウンド
すずがみねバレーボール部	一般男女	水・日	19:30~21:30	鈴が峰小学校体育館
少年野球	小学生	木	18:00~21:00	鈴が峰小学校グラウンド
		土	12:00~16:00	
		日	9:00~16:00	
フットサル部	小学生	金	17:00~19:00	鈴が峰小学校体育館
鈴が峰体操教室	小学生	木	17:00~19:00	鈴が峰小学校体育館
剣道教室	小学生	金	19:30~21:30	鈴が峰小学校体育館
		土	10:00~12:00	

鈴が峰学区体協の活動をまとめてみました。何かスポーツを始めてみてはいかがでしょうか。

ご興味のある方は、各活動場所へ直接見学に行かれるか、社会福祉協議会(鈴が峰会館/毎週金曜日 10:00~12:00 /082-209-0331)へご連絡ください。

### 第28回 広島市スポーツレクリエーションフェスティバル

10月9日(日)は広島広域公園へ！  
レクリエーション運動会やスポーツ交流会、スポーツレクリエーション体験会などが行われます。  
「当日誰でも参加できる種目」と「事前申し込みによる種目」があります

### 9月9日は「救急の日」

### 10月は「地震火災対策」



『お出かけは マスク戸締り 火の用心』 西消防署

### 秋のウォーキング ~草津八幡宮・海蔵寺~

涼しくなってきました。ウォーキングで、運動をしながら秋を感じてみませんか？



【草津八幡宮】とんど祭りでは、毎年この八幡宮から火をいただいています。189 段の階段(ひやくの階段)に挑戦してみてください。境内からは草津が一望できます。



【海蔵寺】草津八幡宮の隣にある曹洞宗のお寺です。東城浅野家の菩提寺でもあります。江戸時代に作られた、石造りのお庭があります。

作  
尾上  
育子さん



### どんぐりウォーク



秋です。爽やかな空と空気のもとマイナスイオンたっぷりの「妹背の滝」に行きます。

日時：9月22日(木) 10:00  
集合場所：JR 新井口駅  
目的地：廿日市市大野「妹背の滝」(現地解散)  
持参品：帽子、タオル、飲み物、ポイント手帳  
その他：雨が心配な時は自己判断で

### 「エール」

~自分らしい人生を送りたいあなたに~

日時：10月5日(水) 13:00~15:00  
対象者：どなたでも  
場所：鈴が峰会館2階  
参加費：100円  
問合せ先：鈴が峰会館(金曜日午前中)  
☎209-0331 鈴が峰地区社会福祉協議会  
水田博子先生と俳句を楽しんでいます！  
※旧「がん体験者・ご家族のつどい」

### オレンジカフェすずがみね (認知症カフェ)

日時：9月17日(土) 13:00~16:00 出入り自由  
場所：カ田病院1階リハ室  
参加費 100円  
イベント：レイトサマーコンサート2022  
演奏：猫宮実(ねこみやみのる)  
認知症に関する相談も随時お受けしています