



あい ふれ♡しらすな



No.24 令和5年3月号

白砂まちづくりセンター発行
699-3222 浜田市三隅町折居 883
0855-32-1288(Fax:0855-32-2517)
Mail:shirasuna-k@ofc.herecall.jp

わくわく☆白砂 みんなでつろーてきちゃん祭!2023



2月21日(火)~23(木・祝)「わくわく白砂!みんなでつろーてきちゃん祭」を行いました。
わくわく楽しい!ハラハラドキドキ!?(笑)な3日間の様子は来月号でお伝えします(*^-^*)
作品展では多数の方にご協力いただき、素敵な作品を飾らせていただくことが出来ました。併せて、
みすみ習字書初め移動展で特別賞の作品を展示しました。ご協力いただき、ありがとうございました。



2月19日(日)吉浦海岸を望む JR 沿線と河川周辺の草刈り、清掃作業を行いました。当日は雨の降る中、地域の方、サーファグループポセイドン、三隅支所からも参加があり、総勢26名で実施しました。伸び放題だった草を刈り、河川に滞留した発泡スチロール、絡まったロープやプラスチックゴミなども引き揚げ、見違えるほどきれいになりました。また、今年はゆうひパーク三隅「ORI's カフェ」にお世話になり、参加して下さった皆さんにコーヒーチケットを配布しました。ご協力いただいたみなさん、寒い中大変お世話になりました。ありがとうございました。



*** コーヒー券の引き換えは 3月4日(土)までとなっています。参加された方はお早めにお立ち寄りください。**

防災用品購入しました！



まちづくり総合交付金を活用し、大型テレビ、防災テント、ボランティアベストを購入しました。通常のまちづくり委員会事業だけでなく、災害時やさまざまな活動に役立てていきます。防災テント、ボランティアベストは貸し出しもできますので、集落行事等で必要な際はまちづくりセンターまでご連絡ください。

県立図書館図書入れ替え&パーシモンズB

図書室にある県立図書館の図書の入れ替えを行いました。図書室には絵本やエコクラフトなど趣味の本、料理本、漫画など多種多様の蔵書があります。ぜひ覗いてみてください(*^-^*)



パーシモンズBでは、月一回、三隅保育所年長児に読み聞かせボランティアを行っています。

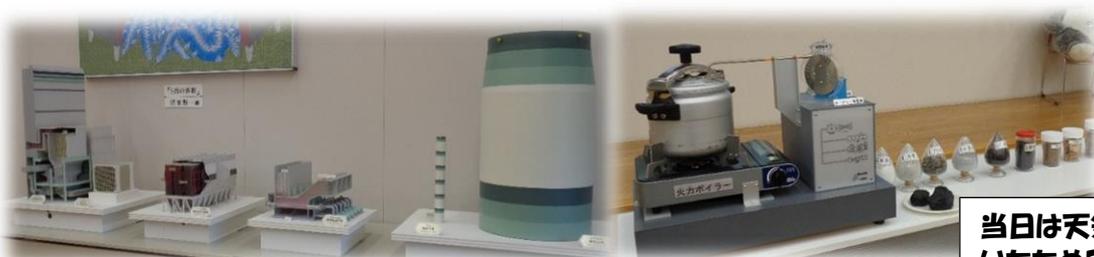
- ・ 子供たちの笑顔に元気をもらえる
 - ・ 声を出すことで脳の活性化につながる
- など、いいこと盛沢山です！ぜひ一緒にやってみませんか？(*^▽^*)
お待ちしております！

* 赤い羽根共同募金
活用事業です



三隅発電所見学会

2月8日(水)、はまだエコライフ推進隊の活動で中国電力三隅発電所に見学に行きました。三隅発電所では、昨年11月より運転開始した2号機も合わせて最大200万kWの発電量となり、中国地方の20~30%の電力を賄っています。石炭火力発電によって発生する二酸化炭素排出量を最新鋭の機器によって削減する、石炭灰を有効利用するなど、様々な取り組みで環境に配慮されていることがわかりました。発電所内部の撮影は残念ながら禁止でしたが、三隅発電所ふれあいホールではタッチパネルや大型スクリーンなどで体験しながら火力発電のことを楽しく学べます。ぜひ行ってみてください！



当日は天気が良く、太陽光発電が稼働していたため2号機の発電量は少なめでした。いろいろな発電方法を組み合わせることを「エネルギーミックス」といいます。

生涯学習のまち・地域づくり研修会

主催：浜田市生涯学習企画推進委員会
三隅地域自治会連絡協議会・浜田市

R4年度生涯学習のまち・地域づくり研修会

浜田市は令和4年9月に、2050年ゼロカーボンシティを表明し、地球温暖化防止に積極的に取り組むこととしました。

今、世界的に問題となっている地球温暖化防止について学び、子や孫の代のために、今自分たちにできることを学びます。多数のご参加をお待ちしています。

*申し込み先：
三隅支所防災自治課 32-2801
または白砂まちづくりセンターまで

三隅氏発祥 800 年記念事業 三隅の山城巡り 城跡探求バスツアー 参加者募集



三隅地区まちづくり推進協議会生涯学習部は、三隅氏発祥 800 年の記念事業として、三隅城のろしりレー開催の山城(10カ所)をバスで巡るツアーを次のとおり企画しました。この事業は、全地区の方対象です。参加を希望される方は、**三隅まちづくりセンター** (0855-32-0500) にお申し込みください。

日時 3月12日(日) 受付8時00分 解散13時00分(予定)

発着 三隅まちづくりセンター
持ち物 飲み物、雨具、マスク他 必要と思われるもの

服装 登山ができる服装及び靴
申込メ切 3月8日(水) 又は定員に達し次第 締め切らせていただきます。

定員 40名
参加費 300円 (弁当、ガイドブック代込み)

その他 当日は、ガイドブックによる解説付きです。

*荒天の場合は内容を変更して開催します。





行事と利用予定



令和5年度に向けて…

白砂まちづくり委員会では、各部会や委員会で、今年度の振り返りや、新年度に向けて計画の策定を行っています。地域全体で元気に取り組んでいきましょう！よろしくお願ひいたします。



| 日 | 曜日 | 予 定 |
|----|----|---|
| 1 | 水 | 三隅小学校神楽体験 |
| 2 | 木 | 三隅中1年生 地域インタビュー |
| 3 | 金 | |
| 4 | 土 | 職員不在日 |
| 5 | 日 | 職員不在日・グラントワ |
| 6 | 月 | ヨガ、AtoZ 教室は、3月までお休みです。 |
| 7 | 火 | |
| 8 | 水 | 水墨画教室 |
| 9 | 木 | |
| 10 | 金 | |
| 11 | 土 | 職員不在日・三隅中卒業式 |
| 12 | 日 | 職員不在日 |
| 13 | 月 | |
| 14 | 火 | |
| 15 | 水 | ラブック号  |
| 16 | 木 | |
| 17 | 金 | 三隅小卒業式 |
| 18 | 土 | 生涯学習のまち・地域づくり研修会 |
| 19 | 日 | 職員不在日 |
| 20 | 月 | 瑞風 |
| 21 | 火 | 春分の日・職員不在日 |
| 22 | 水 | 水墨画教室 |
| 23 | 木 | パーシモンズB  13時15分過ぎに通過 |
| 24 | 金 | |
| 25 | 土 | 白砂っこお別れ会 |
| 26 | 日 | 職員不在日 |
| 27 | 月 | 瑞風 |
| 28 | 火 | |
| 29 | 水 | |
| 30 | 木 | |
| 31 | 金 | |

コロナス通信 【自分の身体の声、聴いていますか？】

健康診断の結果を把握することももちろん大切なことですが、内面から聞こえる声に、時々耳を傾けてみましょう。

なんとなく調子が悪かったり、無理して頑張ったりしていませんか？

ストレスは誰もが経験することですが、受け方は人それぞれ。

大切なのは、ストレスを感じたときのサインを見逃さないことです。

自分の好きなこと、心地よく感じること、リラックスする方法など、自分に合ったストレス解消法を見つけておくといいですね。

(コロナス：小田原 汀)

口腔ケア事業からのお知らせ

放っておかないで！こんな症状 (歯科医師会HPより)

- ・歯がズキズキする
- ・歯が動く、ぐらぐらする
- ・歯がしみる
- ・入れ歯があたって痛い
- ・噛むと痛い
- ・歯が浮く入れ歯がこわれた
- ・歯ぐきがはれた 血が出る 膿(うみ)が出る
- ・口内炎などができた
- ・口臭が気になる
- ・つめ物・かぶせ物が取れた 飲み込んだ
- ・歯が欠けた、折れた、抜けた
- ・口が開きにくい、あごを動かすと音がする

早めにかかりつけ歯科へ！



あとがき みんなでつろーてきちゃん祭に、10年前頃からの体育祭や敬老会の『懐かしの写真展』をしました。たくさんの方が笑顔で集っていたんですね。私が白砂センターに来て2年。いつもの体育祭も敬老会も、餅つき交流会も出来ませんでした。5月からはマスク生活も緩和され、いつもの日常が戻ってくることを楽しみにしています。(吉野)



三隅地域各まちづくりセンターと三隅図書館では、各センターのセンター便りを窓口等に設置しています。他地区の様子や、事業などご覧になりたい方は、ご自由にお持ち帰りください。