まちづくりセンターだより
広報 いい町、黒沢。
令和 5 年 10 月号
No.533

発行：黒沢まちづくりセンター
〒699-3215　浜田市三隅町下古和1518番地
電話：0855-35-1509　FAX：0855-35-1503

［今月のトピックス］

黒沢まちづくり委員会
下半期の活動に向けて

今月の写真は、はつらつ健康教室さんが毎月第４金曜日におこなっている「介護予防体操」の１コマ。益田市のインストラクター・廣瀬眞寿美先生とも長い付き合いになり、教室の皆さんも和気あいあいと楽しそうに身体と頭をほぐしていました。
「天高く馬肥ゆる秋」米や野菜の収穫期を迎え、ついつい食欲旺盛になってしまいそうな時期。同時に朝晩はだんだんと涼しさが感じられるようになり、身体を動かしやすい気温にもなってきました。適度に身体を動かして、いつまでも健康でいられるようにと、はつらつさんの活動写真を撮りながら自分のお腹周りをさすり自戒するのでした。（齋）

［今月の表紙］
はつらつ介護予防体操

トピックス

黒沢まちづくり委員会　下半期の活動に向けて話し合いを行いました

９月上旬から中旬にかけて、黒沢まちづくり委員会の各部会及び役員会を開催し、主に今年度下半期の活動に関する話し合いを行ってきました。
運動会の開催や秋の全国交通安全運動、お米「いいね、黒沢。」の発送など、秋に入り早速様々な取り組みがスタートしていきます。今月号では、まちづくり委員会で今後取り組む予定の活動を一部紹介します。

安全安心　秋の全国交通安全運動ほか

9/21～9/30の秋の全国交通安全運動にあわせ、横断幕やのぼり旗の設置、期間中の立哨指導を行います。また、10/１㈰には地域内のカーブミラー点検・清掃を実施し、安全な交通環境の維持に努めます。
その他、防災マップの作製に取り掛かります。

健康福祉　高齢者の交通支援に向けて

高齢者の交通支援に取り組むため、７月に実施した住民アンケートの結果をもとに、市が実施している「あいのりタクシー」制度の活用を本格的に進めます。まずは年内のイベントでの試験的な運用を目指し検討します。
また、12月には高齢者一人暮らしの集いを計画しています。

産業振興　お米「いいね、黒沢。」ほか

今年も黒沢の米農家さんにご協力いただき、お米「いいね、黒沢。」を黒沢出身者の皆さんにお届けするため、部員総出で精米・梱包作業を行います。また、黒沢や三隅の特産品を詰め込んだ「黒沢BOX」も受注生産でお届けします。

生涯学習　総務企画　黒沢地域民大運動会をはじめ様々なイベント目白押し

10月８日㈰の黒沢地域民大運動会を皮切りに、11月には山崎ていじさんを応援する会や六地蔵道ウォーク、12月には生涯学習セミナーやそば打ち体験など、従来から実施している定番イベントが目白押しです。必要に応じて実行委員会を立ち上げながら両部会で協力して進めます。

イベント情報

10/8(日)　黒沢地域民“大?”運動会

9:30～12:00 @黒沢まちづくりセンター　体育館

黒沢の運動会が４年ぶりに帰ってくる！でも、もうあの頃のようには身体が動かない。。。という声にお応えし、今回は「走らない？競わない？」をテーマに、みんなで楽しく無理なくわいわいと運動することを目的として開催します。
定番の縄ない競争や旗とりのほか、７月の七夕交流会で多くの方が体験し好評を博した新スポーツ「モルック」をゲーム形式で行います。
来場者全員に参加賞あります！ぜひお気軽にご参加ください。

【申込】
10/2(月)までに黒沢まちセンまでご連絡ください。
（35-1509）

10/9(月･祝)　第2回「800年寺子屋」

8:30～13:00　@三隅まちづくりセンター

三隅地区まちづくり推進協議会生涯学習部と三隅氏発祥800年の会では、三隅氏発祥800年に関する学びの機会を創出することで地域に活気を生み出すことを目的として、９月10日の第１回に引き続きとなる「800年寺子屋」を開催します。
第２回は史跡めぐりバスツアーとして、三隅まちづくりセンターから笠取の墓（黒沢）→伝・三隅悪五郎の墓、兼連の墓（小野）を回ります。

【日時】10月９日(月・祝)
　　８:30～13:00
【内容】史跡めぐりバスツアー
　　（三隅まちセン発着）
【定員】50名（先着順）
【参加費】300円(弁当・資料代)
【申込】10/2(月)までに三隅まちセンまでご連絡ください。
　　（32-0500）

三隅氏発祥800年の会共催事業

11/10(金)　山崎ていじさんを応援する会

18:30～21:00　@黒沢まちづくりセンター

三隅町出身の演歌スター山崎ていじさんが今年もみすみフェスティバルの出演にあわせ、黒沢まちづくりセンターを来訪されます。
一緒に歌ったりおしゃべりをしたりと、ていじさんを囲んで楽しいひとときを過ごしながら、今後のご活躍をみんなで応援しませんか。
【会費】1，000円（食事代）
【申込】黒沢まちセンまで(電話35-1509)
　定員30名程度　上限に達し次第募集停止します

写真レポート　9/8(金)三隅中3年生が職場体験ではつらつ健康教室に参加しました

新講座　齋藤センター長プレゼンツ　スマホ上達カフェ はじめます！

センター長・齋藤が着任してこの半年、多くのセンター利用者さんから聞いたお悩みが“スマホの操作方法”。使いこなせると便利なのはわかっているけど、機能が複雑ゆえにおっかな怖くてそんな勇気がないといった声にどうにか応えられないものか。。
そこで、センター長の独学知識をもとに、お茶を飲みながらゆっくりスマホの操作方法を学ぶ「スマホ上達カフェ」を企画してみました！

初回：10月17日(火) 14：00～（90分程度）
以降　毎週火曜日14：00～
会場：黒沢まちづくりセンター　図書室
定員：各回10名程度（初回のみ電話で要申込み）

【主な内容】
・タッチ操作の基本を覚えよう
・インターネットとカメラ
・スマホの便利な機能や設定
・アプリのダウンロードと２次元コード
・ＳＮＳを活用しよう！
・スマホとお金　　など

今月の

ちい助弁当＆福祉弁当

お弁当：６００円
おかずのみ：５００円

10月	
	４日 (水)
	１１日 (水)
	１８日 (水)
	２５日 (水)

ご注文は２日前までに
黒沢まちづくりセンターに
お電話ください
（電話 35-1509）

10個以上の注文希望はお早めにご相談ください

お知らせ

黒沢まちづくりセンターで受診できる！
10月の各種がん検診車訪問日程

結核肺がん検診	10/19(木)14:40～14:50
子宮頸がん検診	10/30(月)10:05～10:15

※ 子宮頸がん検診は事前予約が必要です。三隅支所市民福祉課（☎32-2806）へご連絡ください。

※ 詳しくは広報はまだ10月号をご覧ください。

お知らせ

浜田市消防団西部方面隊から情報提供
10/22(日) 消防合同訓練を行います

三隅・弥栄の消防団員の連携強化を図るため、10月22日(日)午前中、黒沢まちづくりセンター周辺において、消火活動を想定した合同訓練を実施します。実施中は消防車の通行やサイレン吹鳴等でご迷惑をお掛けしますが、ご理解ご協力をお願いします。

Facebookページ
日々更新中！
フォローしてね！

【黒沢ベース】
ホームページも
ご覧ください！

今月のセンター利用予定
主な行事予定

10月	神無月（かんなづき）
1(日)	職員不在日
2(月)	
3(火)	わら細工クラブ9:00～
4(水)	パソコンクラブ9:00～/ちい助食堂
5(木)	
6(金)	はつらつ健康教室9:30～
7(土)	職員不在日
8(日)	**黒沢地域民大運動会9:30～**
9(月)	スポーツの日　職員不在日
10(火)	わら細工クラブ9:00～
11(水)	パソコンクラブ9:00～/ちい助食堂
12(木)	
13(金)	はつらつ健康教室9:30～
14(土)	職員不在日
15(日)	職員不在日
16(月)	
17(火)	わら細工クラブ9:00～
18(水)	パソコンクラブ9:00～/ちい助食堂
19(木)	
20(金)	大人のぬり絵教室9：00～/はつらつ健康教室9:30～
21(土)	職員不在日
22(日)	職員不在日
23(月)	
24(火)	わら細工クラブ9:00～
25(水)	パソコンクラブ9:00～/ちい助食堂
26(木)	ラブック号15:00～
27(金)	はつらつ健康教室9:30～
28(土)	職員不在日
29(日)	職員不在日
30(月)	
31(火)	わら細工クラブ9:00～