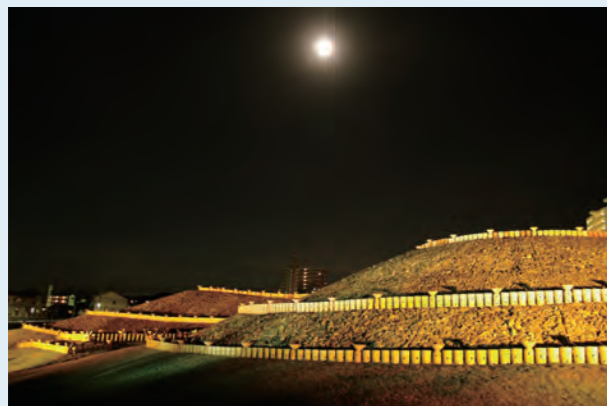


「悠久の光」東広島市美術展・写真部門受賞作品



第33回東広島市美術展（東広島市教育委員会主催）で、福村博士さん（西条中央）の作品「悠久の光」が、写真部門で入賞しました。昨年末にライトアップされた三ツ城古墳近隣公園の夜景を撮影した作品で、満月の月灯りの下、ライトで浮かび上がるように美しく照らされた古墳丘陵の風景から、まさに「悠久の美」を感じる作品です。

園芸教室開催のお知らせ

いっしょに野菜作りを楽しみましょう♪

西条中央地区にて、園芸教室をはじめます。家庭菜園で作る野菜栽培の基礎を、地域の皆さんと共に学びながら、野菜作りを楽しみませんか？

- 【開催日時】 毎月第2日曜日 朝10時～12時（雨天中止）
 - 【場所】 東広島市西条中央1丁目内
 - 【準備するもの】 軍手、移植ごて、プランター
*その他、タオルやエプロン、飲み物など必要に応じてご持参ください。
 - 【会費】 共同購入品等の分担金となります。
- ＊感染予防のためマスク着用をお願いします。
＊教室で作ったものは、各自持ち帰り育ててください。



（主催・連絡先）
 藤原義正 西条中央 6-5-3 082-423-9645
 福村真喜子 西条中央 1-8-40 082-421-6208

卒業おめでとう

東広島市立中央中学校 212名（卒業式 3/11日）
 東広島市立三ツ城小学校 125名（卒業式 3/21日）

卒業生の皆さん、おめでとうございます。
 新しいステージでもがんばってくださいね！



支部からも卒業記念品贈呈

小学校卒業記念品として、西条中央支部より「古墳に学ぶ」シリーズを綴じたファイルを応援メッセージとともに贈呈いたしました。



「学ぶって楽しいね！」
メッセージを添えて卒業生にプレゼント。

令和3年3月～6月の地域行事予定

- 5月15日（土）三ツ城自治協議会 総会（下見福祉会館）
- 5月23日（日）西条中央支部総会（三ツ城コミュニティハウス）
- 6月13日（日）地域清掃活動（きれいなまちづくりキャンペーン）

*感染拡大状況により変更される場合があります。直近の情報をご確認のうえご参加ください。

三ツ城メールでもお知らせします！

～「3密」に気をつけて～ 新型コロナウイルス感染症対策



- 咳エチケット（マスクなどで）
- 十分な睡眠をとる
- 適度な湿度を保つ
- 手洗い・うがい
- バランスの良い食事
- 不要不急の外出を避ける

三ツ城自治協議会

令和3年3月20日発行
第35号

西条中央支部だより



「ここではスピード出さないで！」

交通事故防止のための注意喚起看板を 地区内通学路の6箇所を設置しました。

（三ツ城自治協議会・西条中央支部にて設置）



黒瀬川沿い



中央1丁目

「スピード落とせ」「安全確認」などの文字が大きく入った看板は、運転中のドライバーの目に止まりやすく、各所の交通事情に応じた注意書きも。安全パトロール隊の見まわりとともに、通学路の子どもたちや住民を守ります。



運転手さん、この看板を見たら気をつけて！

中央1丁目

中央1丁目

黒瀬川沿い

蛍光看板なので夜は光ります！

コロナ禍と寒波のなか 若い参拝者も

和泉八幡神社「歳旦祭」



大晦日の歳旦祭で手をあわせる参拝客

令和2年年末の大晦日から新年にかけて、和泉八幡神社（西条中央6丁目）にて、「歳旦祭」が行われました。

新型コロナウイルス感染拡大に加え、寒波報道も伝えられたためか、この日の参拝者は例年の3割程度に。そのような状況のなか、若者の参拝者が多く見られたのは、感染拡大防止のため帰省できなかったという事情もあるのかもしれない。

神社では温かい甘酒がふる舞われ、参拝者は一時の暖を取りつつ、新年のあいさつを交わしていました。

発行・連絡先

三ツ城自治協議会 西条中央支部 事務局 / 情報部会
 部会長：福村 真喜子 TEL: 090-1330-1981
 副部会長：藤原 義正 TEL: 090-4802-6640
 メール：saijyochuoshibu@gmail.com

西条中央支部だよりは、三ツ城自治協議会（本部）及び西条中央支部の活動を中心に、まちづくりの情報随時お知らせしてまいります。みなさまのご意見・ご提案等をお寄せください。

Facebook ページ Twitter もご覧ください 三ツ城自治協議会

「フレイル対策」してありますか？



自粛ムードが長引き、外出機会も減り・・・
運動不足になっていませんか？

そこで注目されているのが「フレイル対策」。
フレイルとは、「**加齢により心身が老い衰えた状態**」のこと。フレイル対策を早く始めれば、健康寿命を伸ばし、若々しく過ごすことができます。ここでは、地域や市で実施されている取り組みをご紹介します。

続けてよかった(^.^)！ 「いきいき百歳体操」

西条中央6丁目で活動を続けている「いきいき会西条中央」では、毎週月曜日の朝10時から1時間半ほど貸会場を利用して“いきいき百歳体操”を行っています。平成31年3月のグループ設立以来、積極的に活動を進めています。メンバーの構成年齢は69～90歳で、会員数は26名。体操以外にも体力測定、講演会、懇親会を行い、フレイル防止に励んでおられます。

西条中央では
毎週月曜10時～
いきいき百歳体操実施
☎082-423-9645(藤原)



百歳体操をはじめてからは？

- ・身体が軽くなった。
- ・退院後こちらに通って体操をするようになってからは、歩くのが楽になりました。
- ・長年悩まされていたためまいがなくなり、スッキリしました！地域の人と交流できるので来るのが楽しみ！

などなど
参加者から
大好評！

メンバーの皆さんに元気をもらってます！

地域の人の世話をしたいという思いから、この通いの場の活動支援をはじめました。会員の人たちがずっと健康で、楽しい生活を送っていただく様子を間近で見られることは、私にとって何よりの励みです。また、継続して参加される地域の皆さんが「参加して良かった」とおっしゃってくださり、私自身も毎回来るのがとても楽しみです。



西条百歳体操の世話人で副会長の森川孝子さん

高齢者のフレイルは、生活の質を落とすだけでなく、身体能力の低下が顕著に現れ、感染症リスクや合併症による死亡率も高まります。運動のみならず、栄養や睡眠、社会活動などもフレイル予防に欠かせない要素です。

早めの対策で、
若々しく！
健康的な毎日を！！



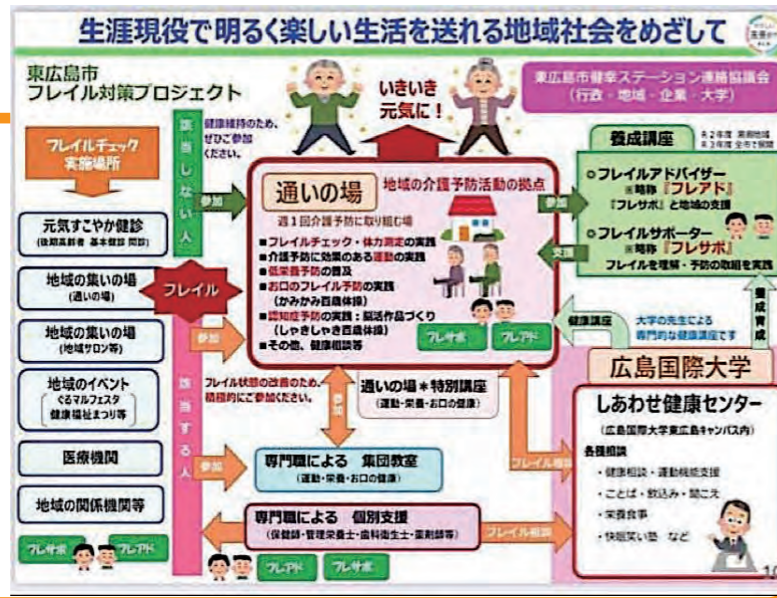
「フレイル」知って今から対策！

東広島市でも フレイル対策 プロジェクト始動

東広島市では、「フレイル症状」を周知し、適切な対策を講じることで市民の「健康寿命」を延ばしていこうと、広島国際大学との相互連携による「フレイル対策プロジェクト」がスタート。現在、市内161カ所にある「通いの場（高齢者サロン）」を地域拠点に、フレイルチェックや運動機能測定などを行い、高齢者が地域とつながりながら予防に取り組める環境を整備中です。

市では、このプロジェクトを支える「フレイルサポーター」を募集中で、「サポーター養成講座」を順次開いています。

お問い合わせ：東広島市役所・健康増進課 082-420-0936



近くてよかった♪ 中央図書館

東広島市立中央図書館

コロナ禍で自粛や「巣ごもり」ムードが続くなか、国民の読書量は増える傾向に。わが街の中央図書館ではどうでしょうか？
図書整理のため休館中の館内を、取材・撮影させていただきました。

コロナ自粛でも

カフェコーナー



カフェ感覚で利用できる憩いの空間
ホッと癒される「せせらぎビオトープ」▶

●利用者ファーストで居心地よい環境づくり

5年ほど前に入口近くに自販機が設置されて以来、人気の「カフェコーナー」。ここ数年で、図書館はとっても居心地のいい空間に。入口では、「せせらぎビオトープ（人工水槽）」がお出迎え。



各種情報コーナー

テーマや目的ごとに各所に設置された市民お役立ちコーナーや、期間限定の特設イベントコーナーも充実。各担当者の「本気度」が伝わるディスプレイ。利用者目線での優しい気配りもいっぱいです。



子育てするなら西条中央！



医療情報も充実

●図書のデジタル化進み・・・

OPAC 本の検索機



館内に6台ある本の検索機が大活躍！約30万冊の蔵書から目当ての本を速やかに検索でき、貸出中の本はICタグ追跡や予約もできます。

児童向けフロア（1階）は、小さな子どもも使いやすい高さで、文字はひらがな表記。ちなみに人気の「鬼滅の刃」は46人の予約待ちでした。

BOOKクリーナー



●感染対策も万全

ブォーンと1冊30秒ほどで除菌完了（音は聞こえません）。セルフで使える本の除菌マシンは各階に設置されています。除菌後の本からはハーブのいい香りも～。

スッキリ～！

タイトルが思い出せないなどあいまいな情報からも目当ての本を探し出してくれる「調査・相談」窓口。希少な本でも、県や全国の図書館ネットワークから、その本が「どこにあるか？」を見つけ出してくれます。

レファレンス 調べ物お手伝い



現在は感染防止策が随所に施され、全館ソーシャルディスタンス。裸足でくつろげる幼児エリアは、「読み聞かせなどふれあいの機会が減って残念」と、ボランティアさん。



自習机にはパーテーション設置
1階：児童図書フロア

NEWS

2021年4月から
本との出会いを促進する
ビジネス書の要約サービス
「フライヤー」開始！



詳細はこちらのQRコードから▶

デジタル化急進～10代にもっと利用を。

コロナ自粛で来館者は減少傾向とはいえ、昨年は年間1日平均千人の利用がありました。移動図書館でのアウトリーチ（出前）を利用してくださった方も多いのではないのでしょうか。一方、自粛要請も影響してか、オンラインで利用できるデジタル書籍の利用者は昨年急増。デジタル書は現在1000タイトルほどですが、次年度は大幅に増やす計画です。近年の課題としては、10代の利用者がとても少なくなったということ。いわゆる、デジタルネイティブ世代と呼ばれる中・高・大学生の利用率が激減しています。コミックは入れない方針だったのですが、この層に向けたジャンルの増書も検討中です。現在も2階奥にはコミックコーナーがあり、リクエストがあれば他の図書館から取り寄せることも可能です。若い方に限らず、本をお探してしたら、相談窓口を上手に活用してください。



東広島市立中央図書館
高野谷淳一 館長