



えきや

たより

発行
駅家交流館
福山市駅家町倉光 37-1
☎ (084) 976-5417
✉ ekiya-krk@city.fukuyama.hiroshima.jp



『一人暮らしのお弁当』

駅家学区ボランティアの会並びに福祉を高める会の主催で、70才以上の一人暮らしの皆さまに美味しいお弁当をつくり、各地域の役員・民生委員の方が11時30分頃玄関で待っていると届けてくださいます。

私は以前、食生活改善推進員でこのお弁当づくりに関わっていました。各町内会より調理・パック詰め担当などの協力者として30人ぐらいの方が講師蔵本博美先生のご指導で、煮物、焼魚、あえ物、酢の物、果物とバランスのとれた品々を、時間に間に合うよう、一生懸命作ってくださいます。

月日の経つのは早いもので、今は持って来ていただく立場になりました。状況を知っているだけに、頭が下がります。私も88歳、一人暮らしになって13年になります。当初はお弁当と一緒に小学校6年生の作文やヒヤシンスの花のプレゼントもいただきました。作文には「おじいちゃん、おばあちゃんいつまでも健康に気をつけて元気に過ごしてください」の優しい言葉も添えてあり、感謝でいっぱいです。

また、ヒヤシンスの花は枯れたのち、プランターに植え大切に育てています。今でも季節になるときれいに咲きます。うれしいです。私は、わがままなのか弁当を一人で食べるより、大勢で食べたいです。私の思いを知った町内会の役員さんが、仲間呼びかけて、江良清流館で一人暮らしの仲間と役員さんも一緒に食事することができました。献立を見ながら「おいしいな～、今度作ってみよう！」とか「塩分控えめだけど味はいいな～」とか、おしゃべりをしながら食べる弁当は一段とおいしく、楽しい時間が過ぎます。今年も11月10日お弁当を町内会長さん、役員さんと一緒に清流館でいただきました。この「お弁当」も今回で終わることを知りとても残念です。でも、地域の清流館で食事ができた幸せ、うれしく思います!! 蔵本先生をはじめ、地域・役員の皆さん、今まで関わってくださり本当にありがとうございました。



江良町内会

吉川 一二三

えきやふれあいサロン 12月行事参加者募集

～しめ飾りづくり～

- 【とき】 12月17日(火) 10:00～12:00
- 【ところ】 駅家交流館 1階 和室
- 【参加費】 300円
- 【内容】 水引の取付までします。
- 【持参物】 水引(赤白)、はさみ、洗濯ばさみ3～4個、上敷き、飲み物 ※飾り付けまで自信のある人は、だいたい(橙)うらじろ(裏白)、造花など飾りを各自好みに合わせて持参してください。
- 【定員】 10人(申し込み順)
- 【申込先】 駅家交流館 084-976-5417



えきやふれあいサロン 1月行事参加者募集

～おなかの健康教室～

- 【とき】 1月21日(火) 10:00～12:00
- 【ところ】 駅家交流館 1階 学習情報室
- 【講師】 ヤクルト
- 【定員】 20人(申し込み順)
- 【申込先】 駅家交流館 084-976-5417



駅家学区自主防災訓練

11月24日(日)、駅家学区自主防災訓練を実施しました。各町内会で指定された第1次避難場所への避難と安否確認、第2次避難場所の駅家小学校では、「避難所運営ゲーム」を、松井防災士の指導のもと各町内会ごとにしました。



ひとり暮らしの高齢者の方へ弁当づくり



駅家学区ボランティアの会・福祉を高める会では、毎年、70歳以上のひとり暮らしで希望者の方に昼食弁当を作り配達しています。

今回は、11月10日（日）に実施しました。弁当作りやパック詰め・配達まで各町内会の方々にお手伝いを頂き、見た目にも美しく、食べても美味しいお弁当ができました。みなさんから、大変喜んでいただいています。



駅家学区体育会からのお知らせ

第49回 ソフトボール大会結果発表



	一般の部	壮年の部
優勝	万下	万能倉南
準優勝	江良	倉光
第3位	倉光A	万下
	倉光B	中島東

いきいきサロン事業

健康講座パート4



- 【とき】 1月10日（金） 13:30～
- 【ところ】 駅家交流館 1階 児童室
- 【内容】 ノルディックウォーク・ストレッチポール
- 【講師】 駅家リハビリテーション SAKURA のインストラクター
- 【定員】 10人（申し込み順）
- 【持参物】 タオル・飲み物
- 【申込先】 駅家交流館 084-976-5417

※運動しやすい服装でおこしてください。

主催 駅家学区の福祉を高める会





詐欺被害防止ビラ配り&小学校あいさつ運動



11月1日(金)に、駅家小学校であいさつ運動を兼ねて犯罪予防の呼びかけ運動をしました。11月9日(土)に、学区内のスーパーで詐欺被害防止などのチラシの配布をしました。犯罪の起こらない安心安全で魅力あふれるまちをめざして、安心安全部会員の方々にご協力いただき、取り組んでいます。



12月の『ラッコくらぶ』は



とき : 12月18日(水) 10:00~ 11:30

場所 : 1階 児童室

クリスマス会をするよ!!



駅家郷土史研究会からのお知らせ

駅家町時代の広報誌を探しています

駅家郷土史研究会では1950年(昭和25年)から1975(昭和50年)の間に発行された町の「駅家町広報」を探しています。

ご家庭に保存してある場合は駅家交流館にお知らせください。

問い合わせ先 ☎084-976-5417