



8月

広報やがた

佐方アイラブ自治会 佐方市民センター

開館時間 9:00～21:30 休館日 国民の祝日、年末年始 (12/29～1/3)

〒738-0001 廿日市市佐方一丁目 4-28

ホームページアドレス <http://www.city.hatsukaichi.hiroshima.jp/site/sagatascsc/>

お問合せ、お申込み ☎ 32-5049 Fax 32-5073

佐方地区の人口と世帯(令和8年7月1日現在)【人口 7428 人】【3435 世帯】

～避難時には～

休館日・夜間に市民センターへ避難する場合は、廿日市市役所 ☎ (0829) 20-0001(代表) に連絡して指示に従って避難してください。

佐方でもっとつながろう!! 佐方市民センターまつり

10月3日(土)

場所：佐方市民センター

10:00～15:00

皆様のお越しおまちしております！

公共交通機関、徒歩、自転車でお越しください。

- ・合唱やダンスクラブなどのステージ発表
- ・遊休品販売やハンドメイド作品販売、千本引きなど
- ・キッチンカーもやってくるよ♪
- ・あかちゃんのお部屋、スタンプラリー、こどもの遊び場(無料)も盛りだくさん!!



ポスターデザインを応募してくれた方の中から佐方小学校 6 年生の作品を採用しました！
たくさんのご応募ありがとうございました！

応募してくれたポスターは、町内会の掲示板にランダムで掲示しています。自分のポスターを探してみてね！



■募集 『遊休品を集めています』 受付期間◆8/24(月)～9/18(金)

佐方市民センターまつりで販売し、収益金を運営費とするため、寄付のご協力をよろしくお願いいたします。

未使用品または美品に限ります。

飲食品・本・衣類・靴はお断りさせていただきます。

ご家庭で眠っている遊休品を
寄付していただだけませんか？

■佐方市民センターまつり 食券販売 8/18(火)～8/31(月) 平日 9時～17時

- ・おむすび 各種 120 円
(さけ・しそ昆布・たらこ・ツナマヨ・梅)
- ・みたらしだんご 140 円

～喫茶～

- ・コーヒー(クッキー付) 250 円
- ・お赤飯 300 円



■ここつなぎ 『バスボムを手作りしませんか？』

場所◆佐方市民センター 第1・2研修室 対象◆どなたでも

日時◆9月16日(水) 13時～15時

詳細は次号でお知らせします!お楽しみに♪

●『夏休み子どもチャレンジ教室』を開催しました!!

7月21日から24日の4日間で毎年恒例の「夏休み子どもチャレンジ教室」を開催しました。申込者数は105人で、21日は59人、22日は63人、23日は55人、24日は54人の参加がありました。夏休みが始まったばかりの小学生を対象に佐方小学校の先生や地域の方を講師に迎え、宿題や、家庭学習を集中して取り組みました。夏休みはまだ続きますが、学習する習慣が身についてくれると嬉しいなと思います!!参加してくれた小学生の皆さん、先生方、地域の方々ありがとうございました。



●クラブ員募集中 『パソコンクラブ佐方』一緒に、やさしく、パソコンを楽しみましょう。

Word、Excel を楽しく学びませんか?初心者の方も大歓迎!

少人数制だから質問しやすく先生が2人いるので、一人ひとりしっかりサポートします。

「パソコンを使えるようになりたい」「町内会の案内や書類を作りたい」

「仕事や趣味に活かしたい」そんな方にぴったりの教室です。

場所◆佐方市民センター 第1・2研修室 対象◆どなたでも

活動日時◆第2・4 火曜日 10:00～12:00

お問い合わせは佐方市民センターへ(平日9時～17時)



■募集 『二百廿日豊年市民祭 みこしの担ぎ手募集』

豊年を感謝して行われる伝統の祭り「二百廿日豊年市民祭」のみこしの担ぎ手を性別・年齢問わず募集しています。

と き 9月12日(土) 17時～20時30分

ところ 廿日市市中央市民センターおよび周辺商店街

お申込み・お問い合わせは、二百廿日豊年市民祭実行委員会(廿日市商工会議所内) Tel.20-0021

／／オンライン予約説明会のご案内／／

令和8年10月から市民センターの施設予約がインターネットでできるようになります。

つきましては、システムの操作方法などに関する説明会を開催します。

開催日	時間	会場
9月2日(水)	18:00～19:00	津田市民センター 第1・第2会議室
9月3日(木)	18:00～19:00	吉和ふれあい交流センター 研修室1
9月4日(金)	18:00～19:00	ひろでん宮島まちづくり交流センター 集会室1・2
9月7日(月)	18:00～19:00	宮園市民センター 第1研修室
9月8日(火)	18:00～19:00	中央市民センター 多目的ホール
9月9日(水)	18:00～19:00	大野支所3階 301研修室～303研修室

※事前申し込み不要 いずれの日程も内容は同じです。ご都合の良い日時・会場にお越しください。

【問合せ先】廿日市市地域振興課 電話 30-9138(直通)

敬老会実行委員会

佐方地区敬老会開催

対象者には「ご案内」が届きます!!

佐方地区在住の75歳、77歳、80歳、85歳、88歳、90歳以上の方対象
(令和7年9月16日から令和9年4月1日現在の年齢で対象者が決まります。)

“佐方地区敬老会”を実施し、長寿をお祝いするとともに、佐方地区の高齢者福祉の推進を図ります。

とき 9月13日(日) 10:00 開会 ~ 12:00 閉会 (9:00 受付開始)

ところ 佐方市民センター

日程 9:00~ 受 付 (佐方市民センター入口) 及び記念品配布
10:00~10:20 式 典
10:20~10:35 露払い
10:35~12:00 アトラクション

参加予定団体:佐方獅子舞保存会・佐方保育園・佐方小学校・廿日市中学校・
コーラス♡リーベ ・ 佐方ジュニアジャズダンスクラブ

いきいき健康体操

住民福祉事業局

【お問い合わせ先】佐方市民センター ☎ 0829-32-5049
【受付時間】平日 9:00~17:00

【と き】8/13 , 8/27 , 9/10 , 9/24
第1・3木曜日 10:00~11:30

【指導者】NSCA認定パーソナルトレーナー

【ところ】佐方市民センター 1階
多目的室、第1・2研修室

【参加費】無料(参加自由)

【持参物】運動しやすい服装、靴、飲み物

百歳体操教室

【と き】8/3 , 8/10 , 8/17 , 8/24
毎週月曜日 10:00~11:30

【ところ】佐方市民センター 1階
多目的室、第1・2研修室

【参加費】無料(参加自由)

【持参物】運動しやすい服装、靴、飲み物

お茶の会 13:30~15:00

8月はお休みです

暑いので涼しいところで
お過ごしくださいませ

8月の予定

カレンダー

9月の予定

計 報

このたび、4月中旬に宮本宏子さんがご逝去されていたことを知りました。宮本さんは、自治会設立当初から運営に携わってこられ、民生委員や神社総代を務められるなど、地域を支えてこられました。ここに、ご冥福をお祈り申し上げます。

地域
の
コ
ー
ナ
ー



コミュニティ事業局

花いっぱい運動(花植え)

花いっぱい運動は、佐方の色々な通りを春と秋に苗を植えて花でいっぱいにしよう!! 花を植えながらみんなとつながろう!! という取り組みです。主催は、佐方アイラブ自治会のコミュニティ事業局で、佐方中央商店会・佐方地区の老人会・佐方小 PTA のご協力を得ながら実施しています。今年も 6/13(土)に各所で無事に花を植える事が出来ました。もっともっと一緒に花を植えてくれるメンバーを募集しています。また、花を植えた後、気にかけてくださる方も大募集です!! 花好きな方もそうでない方もぜひとも!! 次回 11/21(土)予定 10月に回覧を回します!!



住民福祉事業

東西南北ブロック、第一・第二白楽会、明友会合同お茶の会

「ファニーフレンズの演奏によるサクソアンサンブルコンサート」を7月4日(土曜日)に佐方市民センターで開催しました。雨の中、59名の参加で、昭和歌謡20曲、雨のシリーズ、愛のシリーズ、皆様サクソアンサンブルの演奏をバックに懐かしみ、愛いっぱいの歌声とともにコラボの素敵なコンサートを楽しみ、和んだ雨の一時でした。



熱中症警戒アラートに気を付けて!! 熱中症を予防して、安全に夏を過ごしましょう

● 熱中症にご注意を!!
厳しい暑さが続くこの時期は、熱中症の危険が高まります。熱中症は屋外だけでなく、室内でも起こることがあります。特に高齢者や小さなお子さんは注意が必要です。一人ひとりが予防を心がけ、地域で声を掛け合いながら暑い夏を乗り切りましょう。

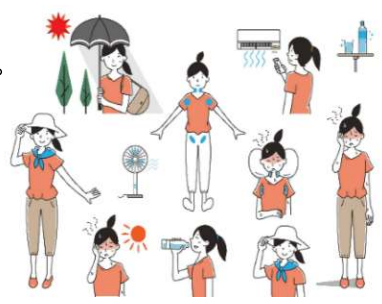
● 熱中症予防のポイント

● のどが渇く前に水分補給を!!
汗をかくと、水分だけでなく塩分も失われます。こまめに水やお茶を飲み、たくさん汗をかいたときは、スポーツドリンクや経口補水液なども上手に利用しましょう。

● 暑さを避ける工夫を!!
外出時は帽子や日傘を活用し、できるだけ日陰を歩きましょう。室内では、我慢せずエアコンや扇風機を適切に使い、室温を快適に保つことが大切です。

● 体調管理を心がけましょう!!
十分な睡眠とバランスの良い食事をとり、暑さで疲れをためないようにしましょう。体調が優れない日は、無理をせず休息をとることも大切です。

◎ こんな症状があれば要注意!!
めまい、立ちくらみ、頭痛、吐き気、筋肉のけいれん、強いだるさなどは熱中症のサインかもしれません。症状が現れたら、涼しい場所へ移動し、衣服をゆるめて体を冷やし、水分・塩分を補給してください。自分で水分が飲めない、意識がはっきりしない、呼びかけへの反応がおかしいなどの場合は、**ためらわず救急車を呼びましょう。**



夏バテ予防【新生姜】レシピ

新生姜のさんびら



新生姜とは秋に収穫されるひね生姜と違って初夏にはやどりされるもので、皮が薄くてみずみずしく、辛味が優しいのが特徴です。甘酢漬けや炊き込みご飯などに使うと、爽やかな香りと色合いが食卓を明るくしてくれます。因みに、お寿司に添えられている「ガリ」も新生姜から作られているのをご存じでしたか? 面白いことに、ガリは「ガリガリ」と生姜をかじる音から来た擬音語だとも言われていて、実は日本独特のネーミングなのです。また、新生姜には食欲増進血行促進、さらには抗菌作用もあるとされ、夏バテ予防にピッタリの食材なんです。暑さで食欲が落ちがちなこの時期、ぜひ日々の食事に取り入れてみてください。

<食材>(2人分)

・新生姜…50g
・ごぼう…100g
・輪切りの赤唐辛子…少々
・いりごま…小さじ 1

・ごま油…小さじ 2
・砂糖…小さじ 2
・しょうゆ…大さじ 1
・みりん…小さじ 2

<作り方>

① 新生姜は千切り、ゴボウはさがきにしてお水にさらした後、ザルに上げます。
② フライパンにごま油と赤唐辛子を熱し、①を加えて炒めます。
③ 砂糖、しょうゆ、みりんを加えて、汁気がなくなるまで炒めたら、いりごまをふって火を止めます。