

# 秋本番！各地域スポーツで交流

秋本番を迎え、町内で様々なスポーツイベントが開催されました。



灰塚地区

10月14日(日)、三良坂保育所体育館で灰塚区民大運動会が開催されました。保育所園児からお年寄りまで一堂に会し、4つの区対抗で熱戦を繰り広げました。最も力が入った綱引き、翌日は筋肉痛を訴える人が続出しました。運動会の花形は何といても年齢別区対抗リレーです。50代の方は「いつまで走らされるんじゃー」といいながらも力走し、大声援が送られました。

最後は全員で「のぞみが丘音頭」を踊り、戦いに幕を下ろし

ました。また、消防団による消火栓を使っでの消火訓練実演があり、そのあと各区代表2名による訓練対決があり、ユニークな点数のつけ方に場内は大爆笑でした。

同じく10月14日(日)に、旧仁賀小学校グラウンドにおいて仁賀ふれあい運動会が開催されました。

地域の人によってきれいに整備されたグラウンドでの開催、幼児からお年寄りまで多くの人に参加しました。人数制限のない玉入れ競争では、自チームが有利になるよう一人でも多くの人参加者を求め、ベンチに座っている人を引っ張り出す場面も見られました。

午前中だけの運動会でしたが、言葉どおり地域の人々がふれあう機会となりました。

10月21日(日)には、灰塚ダム記念公園で第24回長田グラウンドゴルフ大会が開催されました。また、10月28日(日)には三良坂運動公園において沖江迫田田中地域のグラウンドゴルフ大会も開催され、それぞれ熱心に楽しくプレーされました。このように町内各地でスポーツの秋を満喫されました。



仁賀地区

## 介護予防を研修しました

### 岡田地域自治振興協議会



10月30日(火) 岡田ふれあいセンターにおいて、100円喫茶「だんらん」とふれあいサロンが共催し、介護予防について研

修しました。講師は三良坂支所保健師三田一美さんです。

三田さんは、「年をとるとホルモンの影響で食欲が下がりやすくなり、タンパク質になる肉や魚、大豆、たまごなどを食べたほうが良い」とか「植物性乳酸菌をとるためにキムチと納豆を混ぜて食べると良い」など、実例を交えながら食生活についてお話をいただきました。

参加した25人は熱心に聴いていました。是非実践につなげたいものです。

## 「研修旅行」呉市蒲刈の歴史にふれて

### 御箱大仙自治振興協議会

11月3日(土) 絶好の行楽日和の中、地域住民34人で呉市蒲刈方面へ研修旅行に出かけました。

みかん狩りを楽しんだ後、蒲刈の歴史や文化について研修しました。蒲刈にはユネスコの世界記憶遺産にも登録してある朝鮮通信使に関する資料もあり、参加者は熱心に見聞きしていました。

道中での会話も進み、地域住民の親睦を図ることができました。

