



今年も下4自治会の山本剛正さんご夫妻より、巳のイラスト入りのカレンダーを寄贈していただきました。

原案をコピーすると色が出ないところがあり、何度も何度も色を重ね調整していきそうです。

完成までに一週間以上かかるとおっしゃっていました。

山本さんは12年以上前から絵を描き始め、下熊谷交流センターに寄贈していただいてからも約12年がたちました。干支にちなんだ言葉は奥様がいくつか候補を挙げ、その中からご主人が選んで文字を書いていこうです。この言葉の通り、みんなの笑顔がいっぱいの良い年にしたいですね！

山本さん、ありがとうございました。交流センターのロビーに展示してありますので、お立ち寄りの際はぜひご覧ください。



Calendar table for February with columns for days of the week and specific events like 'うんなん幸雲体操' and '学校公開日'.

*青字…ふれあい会の行事 *赤字…学校関係の行事

蠟梅を飾っていただきました



下2自治会の堀江治之さんご夫妻より、今年も交流センターロビーに蠟梅の大木を飾っていただきました。だんだんと可愛い黄色い花が咲き始めています。堀江さんには、3月にはボケの花、4月には桜の木など自宅で育てておられる花木を飾っていただいています。

センターの前を通りかかった地域外の方からも「素敵ですね！写真いいですか」などと声がかかっているほどです。

色とりどりの花、そして花のいい香りに包まれロビーが華やかになり、癒しの空間になっています。

みなさんもぜひ見に来てくださいね♪堀江さん、ありがとうございました。

福祉基金 section with text: 善意に感謝申し上げます. 田中 秀直 さま (下3自治会) 若槻 一夫 さま (下3自治会)



会長挨拶

下熊谷ふれあい会 会長 田中 節子

新年明けましておめでとうございます。皆様方に於かれましては、穏やかな年明けをお迎えのことと、お慶び申し上げます。どうかこのまま平和な一年となりますよう、願わずにはいられません。

ところで、皆様ご存知のようにここ下熊谷は、ずっと暮らして来た方々と、新たに住民となられた方々が入り混じった地域です。当交流センターでも、この特色を活かした活動ができるよう、スタッフ一同、意見を交わしながら日々努めているところです。

相変わらず、インフルエンザも猛威を振るっておりますし、コロナの三文字も消えることはありませんが、まずは健康に留意されまして、より良い一年でありますよう、ご祈念申し上げます。

とんど焼きが盛大に開催されました

1月5日(日)上自治会連合会、1月12日(日)下自治会連合会主催による「とんど焼き」がそれぞれ盛大に行われました。

上自治会連合会は約30人、下自治会連合会は約60人が参加して河川敷で行われました。

青竹の支柱の周りに巻いた藁や笹竹の中に各ご家庭からのしめ縄やお札・書初めなどを入れました。

参加者は青竹が大きな炎に包まれる様子を見ながら煙を浴びたりと、今年一年の家内安全と無病息災を祈願していました。



上自治会連合会



下自治会連合会

幸雲体操が活動3年以上で『奨励賞』の表彰を受けました

11月25日(月)に下熊谷ふれあい会が取り組む「うんなん幸雲体操」が、雲南圏域健康長寿しまね推進会議から『奨励賞』の表彰を受けました。

下熊谷ふれあい会では、60代～80代までの27名が登録して、その内15名くらいの方たちが毎週木曜日10:00～11:00まで下熊谷交流センターで行っている幸雲体操に参加し、とても熱心に取り組んでおられます。

この体操を続けていると自然に筋力が付いてくるため、自分に自信が持てるようになります。

みなさんもぜひ一緒にやってみませんか？まずは見学だけでも大丈夫です。興味のある方は、下熊谷交流センターまでご連絡ください。

Award certificate section including a photo of the award ceremony, a certificate image, and a speech bubble: 1/23(木)は、過去最高20名の参加でした！

三世代交流餅つき大会&あそ防災の開催

今年度も、地域交流部と防災環境部の合同事業として、幼児から小学生の子どもたち34名と保護者の方24名、地域の方々総勢、86名で賑やかに開催しました。今年度は、地域の方々にも呼び掛け、地域のおじいさん、おばあさんの参加もみられました。

防災士の小林雅和さんから「オレンジマンの石川体験記」と題して、能登でのボランティア活動の様子をクイズを交えながら聞きました。その後、救急救命士の菅田裕さんから餅が詰まった時の救急法についての話をしてもらいました。子どもも大人も立ち止まって考えるよい機会となりました。

そしていよいよ餅つきの始まり。子どもたちは杵を振り上げて元気いっぱい餅つきをしました。高学年の子どもたちは、大人用の杵で「ぺったん、ぺったん!!」と、とてもいい音を響かせていました。その音を聞いて“今年もみんなが元気で過ごせるぞ!”と確信しました。もちろん大人も交替しながら、元気よくついたり手返ししたりと、みんなが和気あいあいと楽しんでいました。8升のもち米はあっという間においしいお餅となり、きなこ餅と砂糖醤油餅、ぜんざいでいただきました。ちなみに13個も食べた子がいてびっくり!でした。

一方では、「新聞スリッパでガレキの上を歩こう体験」をしました。災害時を想定して段ボールの上にペットボトルのふたや小石を並べてガレキに見立てました。その上を新聞スリッパで歩いてみました。子どもたちはしっかりと防災について学んだ日となりました。

子どもたち、保護者、地域の方々とともに楽しく、学びの多い交流の場となりました。



下区子ども会による元旦獅子舞

下区子ども会会長 宇都宮 賢徳

下熊谷下区子ども会では、令和7年元旦に毎年恒例行事となっている獅子舞を実施いたしました。

当日は、澄み渡るような快晴でした。天気にも負けないくらい元気いっぱい子どもたちは、法被を着て竝九神社で神事を受けた後、3班に分かれて各ご家庭を廻り無病息災をお願い厄払いを行いました。

今年も多く参加者があり、賑やかに行うことができました。訪れた各ご家庭の皆様にも温かく迎えていただき大変嬉しかったです。下熊谷で40年以上も続く伝統行事に参加させていただいて、地域の皆様の絆を感じる事ができて幸せな気持ちになりました。今後も、獅子舞をはじめとする地域の行事が次世代へと受け継がれ、より多くの方々に喜びと希望をもたらすことを願っております。

最後になりますが、ご協力いただいた宮司様、壮青年部の皆様、また温かく迎えて下さった地域の皆様本当にありがとうございました。

本年も皆様のご健康とご多幸を心からお祈りいたします。



いきいきサロンの開催

第5回下熊谷ふれあい会サロンを開催しました。

上区「くまたん いかや会」は1月21日(火)16名の参加で、下区「くまたん ちゃのんば会」は1月23日(木)に27名の参加で開催しました。

今回は健康推進部との共催で、雲南病院地域ケア科の医師による「人生会議」についてのお話でした。「いかや会」では岡耕平医師、「ちゃのんば会」では阿部真澄医師に来て頂きました。

『皆さんは、「もしものとき」どのような最後を迎えたいですか?』と聞かれてもなかなか改まって考えたことがない方が大半です。人生の中で突然の事故、病気になることだってあります。自分が最後に希望する医療やケアを、元気なうちに考え親しい人と共有することの大切さを話して頂きました。

参加者で「もしバナゲーム」をしました。これは、もしも余命がわずかだとしたら、自分がどんなことを大切にしたいかをカードの中から選び、人と話し合うゲームです。このゲームを通して自分自身の大切にしたい価値観に気づく事も出来たのではないのでしょうか。

雲南市では「未来へつなぐノート」を作成されています。自分の思いを大切な人に伝えるためにご活用ください。お問い合わせ先は健康福祉部保険医療政策課です。ホームページからダウンロードもできます。

次回「くまたん いかや会」は3月4日(火)10時より上公会所、「くまたん ちゃのんば会」は3月6日(木)11時より交流センターの予定です。是非気軽にご参加ください。

