

## 収穫祭開催

11月5日(日) 収穫祭実行委員会(金本哲弥委員長)主催の収穫祭が、今年は絶好の天気に恵まれ飯山もきれいに色づいているなかでの開催となりました。

今年も、保育所・小学校の皆さんによる神楽の上演があり、かわいい演技に皆さん目を細めていらっしゃいました。小学校の学習発表会では、太鼓演奏に始まり劇やコーラス等日頃の練習の成果を遺憾なく発揮されていました。お父さん、お母さんは、我が子の動きに目が離せず真剣に見入っていらっしゃいました。親子ともども思い出に残る発表会になったのではないのでしょうか。さらに地域の多くの皆さんに出店をいただき、大変お世話になりました。



## 八幡フィットネスセンター入会者募集

今年度、八幡自治振興区の重点課題の一つとして、介護予防を目的にリハビリ機器を導入してフィットネスセンターを開設することとしております。この度八幡会の資金援助をいただき、東寿園さんの機器選定等のご協力により、機器もそろいスタートできることになりましたので、フィットネスセンター利用会員を下記の通り募集します。多くの皆様に利用いただきますようご案内いたします。

事業内容：介護予防のための運動機器を使った筋肉や関節の可動域を広げるトレーニングを行います。

トレーニング時間：1回あたり約2時間

トレーニング頻度：2回/月

応募資格：介護保険適用外の概ね65歳以上の八幡在住で「八幡ふれあいプラザ」迄通える方

募集人員：36名

利用料金：300円/回

開設日時：3回/週（月・水・金）午前10時～12時

開設場所：八幡ふれあいプラザ

\*詳細内容については八幡自治振興区事務局（4-0205）迄お問い合わせください

## 健康寿命向上セミナー開催

11月15日（水）健康寿命向上セミナーが八幡自治振興センターで開催されました。この事業は介護予防普及啓発を目的に庄原市と社会福祉協議会の共催で市内全域で行われるもので、その第1回目が行われました。

当日は講師に、NPO法人コーチーズの吉川 仰（あおぐ）さんをお迎えして、ボールを使った誰にでもできる簡単な体操と、少し頑張ってする体操を約2時間行いました。介護予防を目的とした体操ですので、筋肉をほぐしたり、筋力をつける、関節の可動範囲を広げる等の体操を楽しく行い、参加された皆さんも楽しそうでした。ご苦労様でした。



## 地域マネージャーの動き

昨年川鳥に移住された渡邊貴之、麻美子ご夫妻を尋ねました。早いもので川鳥に来られて1年になります。この間、友介（ゆうすけ）君が誕生され11月で4ヶ月になられるそうです。そして今年の川鳥八幡神社の秋祭りには、お子さんの氏子入りも済まされたとの事でした。住み心地はいかがですかと尋ねると、親切にいただき助かっているとの事、これから地域の力になっていただけるだろうと期待をしています。

