

神石協働支援センターだより



2025年6月号
発行：神石協働支援センター
〒729-3511
神石郡神石高原町高光2117番地10
TEL・FAX 0847-87-0331
E-mail: j-kyoudou@sky.kagayakinet.ne.jp
ホームページ: <https://jinseki-kyodo.com>

神石のひと



吉井 望さん

よしい のぞみ
くるくるひろば 主催者

「くるくるひろば」

ーエコなゆずりあいマーケットー

センター便りの広告欄で目にした人も多いのでは? 「くるくるひろば」はどんなイベント? 主催者の吉井望さんはどんな人?

Q. 去年の9月に神石地区に移住して来たんですね?

A. 「くるくるひろば」は自分が使わなくなったモノを持ち寄って、それを使いたい人が無料で持ち帰るイベントです。洋服や野菜や手作り品、なんでもいいんです。もちろん手ぶらで来てお持ち帰りだけでも大歓迎です。

Q. じんせきの里で開催されている「くるくるひろば」はどんなイベントなんですか?

はい。田舎暮らしと農業にアコがれて。神石では初めての経験がいっぱいです。ずっとペーパードライバーだったんですが、ここで運転デビューも果たしました。「くるくるひろば」の立ち上げも『初めて』のひとつです。ゼロから何かをはじめるのは人生で初めてで、わからないことばかりです。でも、今こうして挑戦していることが、自分の力になって将来また何かにチャレンジしたいと思った時、この経験がきっと背中を押してくれるはずと思っています。

ご来場・ご出品をお待ちしています!

第4回
くるくるひろば
IN 総合交流センター じんせきの里
7月6日(日) 10時から12時
いらないけど捨てるにはもったいない、そんなものを持ち寄って遊んでから、使いたい人が持っていくイベントです。
出品のおススメ
・古い手紙や古い文房具、まだ使える電化製品など、なんでも出品可能です。
・参加無料
・当日受付
主催 BuyAlongProject@神石 お問い合わせ 吉井 080-4645-0221

「くるくるひろば」

次回開催は...

日時 7月6日(日)

10時~12時

場所 総合交流センター
じんせきの里

あなたの「もったいない」が、誰かの「うれしい」になるかも? 自宅に眠るもったいないものを持参してください。受取のみもOKです!!

問合せ先 神石協働支援センター
☎ 87-0331

祝優勝

福山地区中学校
春季総合体育大会
ソフトテニス
女子団体の部

神石高原中学校 ソフトテニス部



決勝戦は2-0のストレート勝ち。インタビューでは県選手権大会への自信が感じられました。

5月31日(土)に開催された福山地区中学校春季総合体育大会にて、神石高原中学校ソフトテニス部が女子団体の部で優勝し、出場37チームの頂点に輝きました。

*** 選手インタビュー ***

初戦は風も強く、調子が出ませんでした。でも、頭を使いながらひとつひとつのプレーを工夫し、試合を重ねることに風にも慣れ、技術面でも調子が上がってきました。

勝ち進むにつれて厳しい試合になりましたが、最後は気持ちで乗り切りました。プレーしていない仲間も大きな声で応援してくれ、チーム全員が同じ気持ちで戦えたことが勝因だと思います。

7月12日の広島県中学校選手権大会では、この大会の課題を修正し、「優勝」を目指してがんばります。

夏まつさかり!

生ビール3杯
+鉄板焼きステーキ
2,000円



7/26(土)
17時~21時

ソフトドリンク2杯
+鉄板焼きステーキ
1,000円



今年もやってきた
みんなの“夏まつさかり”

今年もパワーアップして開催します。
夕暮れビールとステーキ、子ども夜市に大抽選会。前売り券は6月下旬から友遊倶楽部、神石協働支援センターでお求めいただけます。

主催 友遊倶楽部
問合せ 廣田商店
☎87-0017

女の料理教室

極チャーハン

参加者募集

日時 7月24日（木）19時～
参加費 1,000円
定員 先着10人
持参物 エプロン 三角巾 マスク



家では全く料理はしません。でもこれからはチャーハンが僕の担当！ひとりずつ丁寧に指導してもらいました。



参加者はみんな担々のファン。「担々に教えてもらいたかった」「嫁に習ってきたと言われて来ました」と様々。

5月22日（木）に開催した男の料理教室「極チャーハン」は参加者全員が男性で、普段料理をする人、しない人、10人が参加しました。講師には中華厨房担々の岡田啓太さんを迎え、基本の「玉子チャーハン」と、アレンジメニューで「あんかけチャーハン」の2品を学びました。

講師の岡田さんはプロの確かな技術を惜しみなく教えてくださり、参加者はこの家庭にもある物を使ったひと工夫で、ふっくらパラパラのチャーハンの仕上がりに驚きました。大好評の中華厨房担々の料理教室は「極シリーズ」として、次回は9月に新メニューで開催します。

男の料理教室

極チャーハン



6月 大雨の前に 「備え」と「早めの避難」を

1. 地域の避難所は

「総合交流センターじんせきの里」
★雨がひどくなる前の避難が安全



2. 避難袋、準備できていますか？



★非常食、飲み物、毛布など
いつも飲んでいる薬もお忘れなく！

3. 家族で決めよう！ 災害時の行動ルール

★誰がどこへ避難する？
★連絡方法は？
(LINE・電話・避難先での集合など)



ヨガ教室

- 深呼吸で整う心と体 -

次回は6月28日（土）午後3時から4時

場所 総合交流センターじんせきの里
参加費 500円
持参物 ヨガマットまたは大きめのバスタオル 飲み物

毎月第4土曜日の午後3時から、「図書館でちよつとヨガ」でも講師をされている平田絵美先生とヨガ教室を開催しています。ヨガをする上で大切な事は、頑張りすぎない、他人と自分をくらべない、自分のペースでゆっくりと。先生の動きをお手本にティーチングに合わせて体を動かします。教室は今年で2年目。今後はチャレンジポーズも取り入れて、楽しみながらレベルアップを目指します。参加に申し込みは不要です。当日、じんせきの里へお越しください。

被爆80年 折鶴献呈

参加者2名募集

住民のみなさんと心を込めて折った千羽鶴を、広島平和記念公園「原爆の子の像」へ届けます。2025年は、原爆投下から80年という節目の年。平和への願いを、共に届けてくださる方を募集します。

日程 令和7年8月18日（月）
申込・問合せ 神石協働支援センター
☎ 87-0331



ダウンドッグのポーズ

腕や脚の筋力が鍛えられ、柔軟性も向上。広背筋をほぐし、背面の柔軟性アップ。足踏みをすることでより、筋肉がほぐれます



戦士のポーズ

下半身の筋肉を強化。特に太ももやふくらはぎに効果的。肩や胸を開き、呼吸が深くなり、心身ともにリラックス。