

### 体験講座 エアロビクス & アロマヨガ

エアロで楽しく躍った後、アロマの香りの中で  
行うヨガでリラックスしませんか？

日時： 11月24日(日) 9:30~11:30

講師： エアロビクスインストラクター

木村 真弓 さん

ヨガインストラクター

今川 奈菜 さん

受講料： 100円

定員： 20名

持参物： 動きやすい服装、上履き、  
バスタオル、飲み物

申込み期限： 11月1日(金)

申込みは鷺浦コミセンへ Tel: 87-5004



### 体験講座 男の料理教室

日時： 10月25日(金) 9:30~13:00

講師： 今川 奈菜さん

受講料： 100円+500円(材料費)

定員： 10名

持参物： エプロン

申込み期限： 10月17日(木)

申込みは鷺浦コミセンへ Tel: 87-5004



# 双鷺洲

鷺浦コミュニティセンターだより

みんなで楽しく  
生涯学習

### 『しまのわ』の講座開催

広島県・愛媛県では、2014年に広島県・愛媛県の島  
しょ部を舞台に、瀬戸内の地域資源を活用して「地域  
づくり」と「観光振興」を一体的に実施する広域イベ  
ント「瀬戸内しまのわ2014」を開催します。

広島県と受託会社が月に一度コミセンで「しまの  
わ」の講座を開いています。

佐木島の良さを再発見し、沢山の人が来る元気な  
島になるように皆さんで考えてみませんか。

次回講座 10月15日(火) 午後7時30~

個別相談は午前10時~午後6時



### 講座紹介 ヘルシークッキング



日時： 毎月 第1金曜日

講師： 今川 奈菜 さん

毎月新しいテーマによる地産地消のレシピ。

受講生の皆さんは元気な主婦揃いです。

講師の先生の説明を聞きながら楽しく調理し、

出来上がった料理の試食会もまた楽しみです。

短時間で美味しく出来上がります。

### お知らせ

三菱研修センターは10月1日より  
利用を休止します。

### 10月町内行事予定

- 1日(火) 地域集団健診(市健康福祉課)  
鷺浦コミュニティセンター
- 6日(日) 向田区八幡神社秋例大祭
- 13日(日) 第9回市民体育大会  
三原運動公園
- 20日(日) 須ノ上区恵美須神社秋例大祭
- 30日(水) シルバークラウド・ゴルフ大会  
向田グラウンド・ゴルフ場

### 俳句・短歌

・秋空に 仰げばかけらの 雲もなし  
・台風や 日に日に水の おそろしき

あかんたれ

・新品の たこつぼ漁場へ 秋の海  
・潮騒に かがり火燃ゆる 観月祭

ぶんか

・天水の 恵給ふや 青蜜柑  
・澄みし蒼 風にささめく 竹の春

一草

・高砂や 隣の娘 T家でも

・子の見舞 N兄妹 おめでた続き

・いつも笑顔の 母の姿かな

D 生

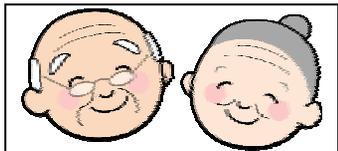
・炎天下 陽炎の如く ゆらゆらと

・猛暑日も 喉元過ぎれば 何とやら

・一雨毎に 涼感戻る

牡丹

# 3地区敬老会開催



鷺浦駐在所 今川巡査長のお話



佐木区敬老会



向田区敬老会



須ノ上区敬老会

9月15日(日) 佐木区・須ノ上区・向田区で敬老会が開催されました。3地区とも、元気にたくさんの方々が出席され、長寿と健康をお祝いしました。  
 演芸では、敬老の皆さんに楽しんで頂くこと区役員・女性会の皆さんによる工夫を凝らした演技の披露や、踊り会の皆さんによる舞踊などで、楽しいひとときを過ごすことができました。  
 どうぞ来年もお元気でご参加ください。



交通課長の話を聞く鷺小の生徒



鷺港での交通安全講話

**交通安全パレード開催される**  
 秋の全国交通安全運動にあわせて三原警察署と三原交通安全協会による交通安全パレードが9月19日佐木島で開催されました。  
 パレードの途中で3地区及び鷺浦小学校で講話があり皆さん熱心に聞かれています。

## 温故知新

「古きをたずねて新しきを知る」

### 小浦八幡宮

小早川家臣、村上与一兵衛直盛、願主となり、天正9年(一五八一年)安土・桃山時代(宇佐八幡宮(大分県宇佐市)全国八幡宮の総本山)の御分霊を佐木の小島に勧請しました。

- ・ 小浦八幡宮建立場所は当時小島で向井家の所領でしたが、庄司であった向井喜左衛門尚信がこの山林4反6畝18歩を寄進したと言われています。(庄司とは領主の命を受けて荘園を管理する職)

### 祭神

- ・ 須佐之男大神(すさのおのおおかみ)
- ・ 宗像大神(むなかたのおおかみ)
- ・ 八幡大神(はちまんのおおかみ)
- ・ 言代主大神(ことしろぬしのおおかみ)



小浦八幡宮



村上与一兵衛直盛の墓(安楽寺)