

みんなの元気で地域をつくる小奴可の里

小奴可の里だより

平成26年12月5日発行

庄原市東城町内堀 1100 番地 1 小奴可自治振興センター内 小奴可の里自治振興区

Tel/FAX 5-0057 E-Mail: onuka@vesta.ocn.ne.jp URL: http://onukanosato.jp/

小奴可の里の様子 人口 1,268 人 (男 609 人 / 女 659 人) 世帯数 513 戸 高齢化率 38.8%

大人も子供もみんなで体操！小奴可の里元気づくり教室



11月26日(水)小奴可保育所で、小奴可の里元気づくり教室を開催しました。コーチズの皆さんを講師にお迎えし、地域から17名の参加者があり、保育所の年長組と一緒に、ボールを使った健康体操やゲームを行いました。

ボールを使った体操で体をほぐした後、参加者を3チームに分け、得点を争うゲームで大いに盛り上がりました。点数をつけたザルにボールを投げ入れるゲームではなかなか入らず、たまに入ると大きな歓声が上がっていました。

意識して体を動かすことにより、筋肉の衰えを防止し普段の生活が楽になります。健やかな人生を送るためには継続することが大切です。皆さんも何か体にいいことを続けてみてください。

次回の元気づくり教室は次の通りです。皆様のご参加をお待ちしております。

1月17日 (土)	10:00~ 11:30	コタツのもりより、元気もりもり！ 講師 健康運動指導士 清水 あつ子さん	小奴可自治 振興センター
--------------	-----------------	---	-----------------

そば打ち教室参加者募集

日時 平成26年12月13日(土) 午前の部 10:00~13:00
午後の部 13:30~16:30

場所 小奴可研修センター 調理室

講師 前田小夜子さん、横山哲美さん

会費 500円(材料費として)

持ち物 エプロン、三角巾等頭にかぶる物、そば打ちの道具(持っている人のみ)

申込 12月10日までに小奴可自治振興センター(5-0057)へ

しめ飾り作り教室参加者募集

しめ縄作り教室を開催します。

申し込み、参加費は不要です。多くの方のご参加をお待ちしております。

日時 平成26年12月17日(水) 13:30~

場所 小奴可自治振興センター ホール

講師 道下隆さん

持ち物 はさみ、わら(用意できる人だけでいいです。)



去年作ったしめ飾り

小奴可小学校学習発表会



11月24日（月）小奴可小学校の学習発表会が行われました。

合唱や金管鼓笛演奏などの全体発表や、学年ごとに、授業や地域の方々との交流の中で学習した成果を発表しました。

どの発表も工夫を凝らし、しっかり練習を重ね、堂々と自信を持って発表していてとても見応えがありました。

保護者の皆さんの影絵劇のすばらしい出来栄や先生方の息の合ったダンスには参観者の皆さんからおしめない拍手が送られていました。

各自治会の行事

千鳥自治会敬老会

11月16日（日）旧千鳥小学校で千鳥自治会の敬老会が開催されました。

小奴可の里文化祭で発表した千鳥太鼓、長生きサンバやカープ体操を披露し、カラオケでは飛び入りもあり、大いに盛り上がりました。

地域の中でもお互いに疎遠になりがちになっているなかで、お互いに健在を確かめ合った一日でした。

塩原自治会敬老会

11月30日（日）塩原集会所で塩原自治会の敬老会が開催されました。

5月に現地公開された塩原の大山供養田植やおぬかの里文化祭で発表したなべぶた踊りのビデオが上映され、感想や思い出を語り楽しく過ごし、塩原の結束力をあらためて実感した一日でした。



千鳥サロン ひだまりの会



12月3日（水）下千鳥集会所で。サロンひだまりの会が忘年会を兼ねて開催されました。

千鳥小串地域の一人暮らしの高齢者11名が参加。午前中は、端切れでお花のブローチを縫い、それぞれ個性的な花が出来上がりました。お昼は焼き肉パーティーで盛り上がり、午後からはクリスマスケーキを作ったり、ゲームをしたりと楽しい時間を過ごし、再会を誓い散会しました。

12月の行事（予定）

6日（土）	小奴可自治振興センター環境整備・消防訓練	小奴可自治振興センター	13:30～
8日（月）	パソコン教室	小奴可自治振興センター	19:30～20:30
13日（土）	そば打ち教室 午前の部、午後の部	小奴可研修センター	10:00～
17日（水）	しめ飾り作り教室	小奴可自治振興センター	13:30～

小奴可自治振興センターは、12月27日から1月4日まで、お休みです。

ご厚志のお礼

Web版には掲載していません。