

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28年7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 1,209 人 世帯数 503 戸 高齢化率 48.0%

小奴可の里地域づくり視察研修旅行



6月21日(火)小奴可の里地域づくり視察研修旅行を開催しました。36名の方の参加があり、愛媛県今治市の越智今治農協直営の産直市「さいさいきて屋」などに行きました。

この施設は売り場面積約1900㎡、平成27年度の売上が約28億円にのぼる、国内有数の産直市です。産消連携で、新鮮で安心・安全な食料を地域に提供し、農家の所得増大にも貢献しています。担当の職員さんに講演をしていただき、地域作りの参考におおいになりました。

研修・お買物・懇親・温泉・瀬戸内海の多島美の観光と欲張りしましたが、幸いにも天候にも恵まれ、有意義な1日でした。

小奴可の里元気作り教室 郷土料理教室



6月30日(木)小奴可研修センターで、小奴可の里元気作り教室「郷土料理教室」を開催しました。今回は「伝えよう比婆山地の食文化、大地の恵みを食卓に」と題して、ひば郷土料理研究家の小林富子先生を講師に招いて料理教室を行いました。14名の参加があり、初夏から半夏(はんげ)にかけての郷土に伝わる料理を学びました。

メニューは、ちまき、クサギナの巻きずし、クサギナのいなり、夏の雑草変わりあえです。

夏の雑草変わりあえは、アカザ、イヌビユ、スベリヒユを、塩を入れてさっと茹で、きざんだ梅干しやラッキョウをマヨネーズと混ぜたものなどと和えました。参加した皆さんは、学んだことをしっかり自分のものにして、次の世代に伝えたいと語っていました。

小奴可の里元気作り教室

男性料理教室「手軽にできる体にやさしい料理」参加者募集!

日時 平成28年7月15日(金) 午前10時~13時

場所 小奴可研修センター 調理室

講師 松浦愛悠美さん(栄養士)

申込 7月12日(火)までに、小奴可自治振興センター(5-0057)へ

今回は男性限定です!

環境整備と消防訓練を行いました



6月26日(日)早朝8時から内堀自治会の女性部の方が小奴可自治振興センターの周りの草取りをしてくださいました。6月23日に駐車場の舗装がきれいになり、今度は草取りと、お陰様で建物の回りが素晴らしくきれいになりました。

草取りが終わると、近所の高齢者介護施設「姫りんご」とお店の「内堀マーケット」との合同で消防訓練を行いました。介護施設利用者の方の避難と職員や近隣住民に

よる介助の訓練と訓練用消火器を使った消火訓練を行いました。最後に、心肺蘇生とAEDの使い方の訓練をし、すべての行事を終了しました。

内堀自治会女性部の皆さま大変お世話になりました。

熊本地震災害義援金へのご協力ありがとうございました。

5月20日からお願いしておりました熊本地方地震災害に対する義援金に、多くの方のご賛同をいただき、おかげさまで229,830円(279名)にのぼりました。6月30日に庄原市役所東城支所へ届けました。誠にありがとうございました。

ソフトバレーボール大会を開催します

日時 平成28年7月10日(日) 9:00~
 場所 小奴可中学校体育館
 チーム編成 小奴可、加谷、内堀、塩原、千鳥・小串

応援よろしくお願
 します!



🍏 姫りんご通信



7月に入り、一層暑さを感じるようになりました。前回は案内しましたが、姫りんごで**そうめん流し**を行います! 7月6日(水) 14日(木) 22日(金) 30日(土)の午前11時30分から午後1時までです。皆様、是非お越しください。メニューは、そうめん、南瓜とミニがんもの甘煮、マカロニサラダ、塩鮭焼き、コーヒーゼリーで、料金は650円です。姫りんごで涼をお楽しみ下さい。

そして、6月26日の防災訓練には地域の皆様方のご協力、誠にありがとうございました。地域の皆様に支えられているのだなとつくづく感じました。

平成28年7月の行事(予定)

10日(日)	小奴可の里ソフトバレーボール大会	小奴可中学校体育館	
11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(水)	シャクナゲの会	小奴可自治振興センター	13:30~15:30
15日(金)	小奴可の里元気作り教室 男性料理教室	小奴可研修センター	10:00~13:00
15日(金)	議会報告会	小奴可自治振興センター	19:00~
25日(月)	パソコン教室	小奴可自治振興センター	19:30~20:30

平成28年8月の行事(予定)

5日(金)	夏期子供自然教室「川と遊ぼう!」	小奴可研修センター付近	10:00~
25日(木)	小奴可の里元気作り教室 薬のお話	小奴可自治振興センター	14:00~

ご厚志のお礼

Web版には掲載していません。

体協小奴可地区コーナー

グラウンドゴルフ部 6月月例杯(6ラウンド分)

1位 瀬尾賜 110打 2位 松浦康郎 118打 3位 妹尾つち代 122打

ソフトボール部 ナイターリーグ結果

6月21日 小奴可アウト A 4-11 小奴可アウト B