

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29年10月20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 1,169 人 世帯数 492 戸 高齢化率 49.7%

東城地区総合体育大会 総合優勝！5連覇達成！



10月8日（日）に東城中央運動公園で、第54回東城地区総合体育大会が開催されました。この大会は1964（昭和39）年の東京オリンピックを記念して始まり現在まで続いています。

東城町内の8地域対抗で行われ、小奴可チームは、ソフトテニスで念願の初優勝、ソフトバレーボールでアベック優勝など、各種目で安定した強さを見せ、総合体育大会史上初の5連覇を成し遂げました！この結果は地域の皆さんが何かのスポーツをすることにより、日頃から体力の維持向上に取り組んできた成果であると思われま。

大会終了後の祝勝会は、学生から70代の方までが集まり、1日の健闘を讃え合い、延々4時間にわたり、大変に盛り上がりしました。

各競技の結果は次の通りです。

総合優勝			
ソフトバレーボール男子	優勝	ソフトバレーボール女子	優勝
ソフトボール	3位	ソフトテニス	優勝
グラウンドゴルフ	6位	大縄跳び	準優勝
地区対抗リレー	準優勝		

第5回東城町自治振興区親睦グラウンドゴルフ大会

10月10日（火）に、第5回東城町自治振興区親睦グラウンドゴルフ大会が晴天のもと庄原市東城中央運動公園陸上競技場で行われました。

133名の参加者があり、小奴可の里からは8名の参加がありました。スコアはさておき、和気あいあいの雰囲気楽しくプレイしました。

また来年も元気で会うことを約束して散会しました。



ふれあい東城まつりが開催されました



10月15日(日)東城小学校グラウンドをメイン会場にふれあい東城まつりが開催されました。

東城町自治振興区連合会では、メインステージで自治振興区対抗「丸太切り競争」を行いました。女性の部3名、男性の部3名がチームとなり、一人ひとりが丸太を切り落とし、次の人にリレーして、その早さを競います。小奴可の里チームは、女性の部7位、男性の部2位でした。

雨にもかかわらず沢山の人でにぎわい、観たり食べたり飲んだり話したりと、楽しんでいました。

東城地区高齢者大運動会

10月16日(月)東城地区高齢者大運動会が開催されました。雨のため東城小学校の体育館で行われ、東城町内の6チームが7つの種目で競い合いました。

優勝は帝釈チーム、準優勝は小奴可チーム、3位は東城Aチームでした。

途中の東城保育園の子供達が演じた、力強くかわいいソーランの踊りに「子供の元気な声と姿を見ると元気になるよの～」との声が聞こえていました。

庄原市では健康寿命を延ばす取り組みをしています。このような行事に積極的に参加して体を動かし、地域の方々とふれ合って、いつまでも元気で人生を楽しんでいただきたいものです。



小規模多機能型居宅介護施設 姫りんご通信

姫りんごのペットの金魚です。名前は付けてもらってません。2年前の夏祭りに引っ越してきました。初めは仲間が3匹いましたが、ある職員さんにカルキ入り水道水を入れられた為、天国に召され、私だけが生き残りました。今でもその職員さんが近付くと水をかけてやります。毎日餌をくれる看護師のTさんと優しい言葉をかけてくれるおじいちゃん、おばあちゃんは大好きです。これからもずっと姫りんごを見守っていきます。(金魚の気持ちになって・・・)

今、姫りんごでは「小奴可の里文化祭」に出展する作品作りを一生懸命やっています。乞うご期待。



姫りんごの予定

- 10月23日 小串地区説明会
- 10月29日 家族会
- 11月5日 おぬかの里文化祭

平成29年10月の行事(予定)

23日(月)	パソコン教室	小奴可自治振興センター	19:30~20:30
24日(火)	シルバーリハビリ体操	小奴可自治振興センター	14:00~15:00
27日(金)	健康寿命向上セミナー(食生活改善)	小奴可自治振興センター	13:30~
29日(日)	比婆いざなみ街道マラニック2017	東城町~西城町	

平成29年11月の行事(予定)

5日(日)	おぬかの里文化祭	小奴可研修センター	9:30開場
8日(水)	シャクナゲの会	小奴可自治振興センター	13:30~15:30
10日(金)	シルバーリハビリ体操	小奴可自治振興センター	14:00~15:00
13日(月)	パソコン教室	小奴可自治振興センター	19:30~20:30
16日(木)	健康寿命向上セミナー(認知症予防)	小奴可自治振興センター	13:30~
27日(月)	パソコン教室	小奴可自治振興センター	19:30~20:30
28日(火)	シルバーリハビリ体操	小奴可自治振興センター	14:00~15:00

ご厚志のお礼
Web版には掲載しておりません。

体協小奴可地区コーナー

グラウンドゴルフ部 9月月例杯(9ラウンド分)

1位 松浦康郎 150打 2位 白石豊秋 174打 3位 池田範行 179打