

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12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%

みんなで音楽療法を体験しました♪



12月7日(木)小奴可自治振興センターで、「みんなで音楽療法を体験しよう!」を開催しました。音楽には心を穏やかにしたり、健康づくりや介護予防に効果があると言われていいます。今回は、東城有栖会の音楽療法士の鈴木先生の指導で歌を歌ったり楽器を演奏したり、音楽に合わせて体を動かしたりと、楽しく元気づくりをしました。

小奴可の里自治振興区では庄原市の協力を得て、これからもこのような機会作り、地域の皆さんの健康寿命の向上に務めてまいります。

祝! 真打ち昇進 林家ひろ木落語会を開催しました



12月10日(日)小奴可自治振興センターで、林家ひろ木ふるさと落語会を開催しました。雨にもかかわらず、小奴可の里地域内外から約120名の方にお出でいただきました。演目は、上品だが回りくどい話し方しかできない娘を嫁にした話「たらちね」、ばくち打ちの下っ端が大親分の真似をして儲けようとする「看板のピン」、名工 左甚五郎の逸話「竹の水仙」の3題。津軽三味線では「それゆけカープ」も出て、1時間半たっぷり熱演していただきました。笑いに包まれた楽しい時間を過ごしました。

しめ飾り作り教室

12月14日(木)小奴可自治振興センターで、しめ飾り教室をしました。

内堀の道下さんに教わりながら、しめ飾りを作りました。年に1度のことで、作り方を思い出しながらの作業です。まずはワラを3つに分け、2本で縄を作って、そこに残りの1本をねじりながら巻き付けるとしめ飾り用の太い縄ができます。参加者の皆さんは、我が家の伝統とミックスして思い思いの傑作を作りました。



もうすぐ年越し そば打ち教室



12月17日(日)小奴可研修センターで、そば打ち教室を開催しました。年越しを迎えるこの時期、「これをしないと年が越せない」という声が聞こえていました。講師の先生3名をお迎えし、午前と午後の2回行い、総勢17名が体験しました。

午前は、初心者の方が多かったのですが、先生の指導を受け、美味しいそばを打つことができました。午後からは経験者が多く、慣れた手つきでそばを打っていました。切れないそばを打つコツは、水をじっくりとそば粉に回すことだそうです。

最後に美味しいもの談義に花を咲かせながら、打ちたてそばをおいしくいただきました。

平成29年九州北部大雨災害義援金ありがとうございました

九州北部大雨災害への義援金を9月20日から募りましたところ、159,100円が集まりました。義援金は、日本赤十字社を通して被災者へ送られます。皆様のご協力ありがとうございました。小奴可の里自治振興区での義援金の受付は締切りといたします。

領収書を小奴可自治振興センターに掲示しています。

小規模多機能型居宅介護施設 姫りんご通信

12月6日(水)姫りんごに小奴可小学校の3・4年生が来所。利用者の皆さんと一緒にクリスマス会を行いました。はじめに小学生のリコーダー演奏と歌の合唱を聞き、その後一緒にクリスマスケーキを作りました。自分たちで飾り付けたケーキを食べながら、たのしい時間を過ごしました。

12月28日(木)午前中に行うお正月の餅つきボランティアを募集します。へっぴり腰の職員に杵のつき方をご指導ください。「我こそは」と思われる方、是非、前日までに姫りんご(3-2022)に連絡をお願いします。



姫りんご 今後の予定

12月28日 餅つき 1月2日 初詣 1月2日～6日 新春初笑い会

平成29年12月の行事(予定)

26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

平成30年1月の行事(予定)

12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(土) 小奴可自治会・小奴可こども園とんど焼き 小奴可こども園付近田んぼ

15日(月) パソコン教室 小奴可自治振興センター 19:30~20:30

23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

29日(月) パソコン教室 小奴可自治振興センター 19:30~20:30

12月、1月の西城市民病院 移動診療日

12月27日(水) 1月10日(水) 17日(水) 24日(水) 31日(水)

小奴可: 14時50分~15時20分 内堀: 15時40分~16時

※保険証、お薬手帳、交付済みの方は診察券を持ってお越しください。

ご厚志のお礼

Web版には掲載しておりません