

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30年2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 1,169 人 世帯数 492 戸 高齢化率 49.7%

## サロン世話人等交流会



1月29日（月）小奴可自治振興センターで、サロンの世話人、民生委員、一人暮らし相談員が集まり、交流会を開催しました。「サロン」とは、地域住民が気軽に集える場所をつくることを通じて、地域の「仲間づくり」「出会いの場づくり」「健康づくり」をするための活動です。小奴可「すみれ会」、加谷「リンゴの里」、内堀・塩原「シャクナゲの会」、千鳥・小串「ひだまりの会」、小奴可こども園「つどいの会」、小奴可の里自治振興区「小奴可の里」と、それぞれの地域に様々な活動をしているサロンがあります。

今回は、世話人の方に集まっていたいただき、活動内容や運営で困っていることを話し合ったり、レクリエーション用具の体験をしたりしました。

近くで開催されているサロンに気軽に参加し、人と人とのつながりを作っていたいただきたいと思います。

## 小奴可小学校 親子スキー教室



2月2日（金）ひろしま県民の森スキー場で、小奴可小学校親子スキー教室が行われました。良質の天然雪に恵まれ、天気も良く、とても良いスキー日和でした。スキーを始めたばかりの低学年は、スキーを履いて歩いたり、緩い斜面を滑る練習から始め、午後からはリフトに乗って、ボーゲンで滑れるようになりました。上の学年の子供達は、講師の皆さんの指導を受けてさらにレベルアップを目指しました。大自然の中、親子でふれあいながらの楽しいスキー教室でした。

小奴可小学校の子供達は、夏には川遊びで魚のつかみ取りをしたり、裏山の「ネバーランド」では四季を通じて山で遊んだり、と大自然の中で伸び伸び成長しています。

# 小奴可の里コンサートを開催します

恒例の真冬のお楽しみ、小奴可の里コンサートを開催します。ドラマの曲、演歌、最近のヒット曲など、皆さんに親しみやすい曲を中心にいろいろ演奏していただきます。

多くの方のご来場をお待ちしております。  
 無料送迎をご希望の方は、小奴可の里自治振興区  
 (電話 5-0057) へご連絡ください。



昨年の様子

**日時** 平成30年2月18日(日)  
 午後2時～  
**場所** 小奴可自治振興センター  
**出演** 西城ブルーハーモニー吹奏楽団  
 広島県立東城高等学校吹奏楽部

## 小規模多機能型居宅介護施設



## 姫りんご通信



写真は3月4日の内堀やよい祭りに出展予定の作品を利用者さんが一生懸命作っているところです。貼ったり、切ったり、色を選んだりそれぞれの得意分野で頑張っています。どんな作品になるか楽しみです。皆さん見に来てください。

寒い日が続きます。冬の時期は外出せず、こたつでテレビを見たり引きこもりがちですが、姫りんごではどんどんイベントへ参加しています。無理のないように身体を動かし、笑って、遊んで美味しいものを食べるのが健康寿命につながります。

**姫りんご 2月の予定** 14日：すみれ会 16日：旧正月 18日：小奴可の里コンサート見学

### 平成30年2月の行事(予定)

9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
18日(日)	小奴可の里コンサート	小奴可自治振興センター	14:00~16:00
19日(月)	パソコン教室	小奴可自治振興センター	19:30~20:30
27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3月の行事(予定)

4日(日)	内堀自治会 たたらの里 内堀やよい祭り	小奴可自治振興センター	9:30~
4日(日)	小奴可自治会 長寿を祝って弁当お届け隊	小奴可研修センター	8:00~
9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
12日(月)	パソコン教室	小奴可自治振興センター	19:30~20:30
14日(水)	シャクナゲの会	小奴可自治振興センター	13:30~15:30
26日(月)	パソコン教室	小奴可自治振興センター	19:30~20:30
27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

### 2月の西城市民病院 移動診療日

2月7日(水) 14日(水) 21日(水) 28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版には掲載していません。