

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6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 人数 1,174 人 世帯数 492 戸 高齢化率 49.2%

塩原の大山供養田植 4 年に 1 度の現地公開

苗取り (5月26日)



牛競り (5月27日)



田植踊り (5月27日)



棚くぐり (5月27日)



しろかき (5月27日)



太鼓田植 (5月27日)



お札納め (5月28日)



5月27日(日)国指定重要無形民俗文化財「塩原の大山供養田植」の4年に1度の現地公開が庄原市東城町塩原の石神社前で多くの来訪者を迎え盛大に行われました。今年、ゆかりの深い大山の開山1300年の年ということで、鳥取県大山町の教育長さんを来賓としてお招きしました。

5月28日(月)は、供養札を納めに多飯が辻の大仙社に登り牛馬安全、五穀豊穰、家内安全を祈願しました。今回は本社と拝殿が改築され、落慶法要も兼ねて行われました。

第8回小奴可の里生き生き運動会



大縄跳び



バケツ転がし



ネズミの玉引き



地区対抗リレー



縄ない競争



ねらいを定めて

6月3日(日)小奴可スポーツ広場で、小奴可の里生き生き運動会を開催しました。晴天に恵まれ、スポーツで競い、地域の親睦を深めた楽しい1日になりました。

★総合結果

優勝 内堀チーム 準優勝 千鳥・小串チーム 第3位 塩原チーム
第4位 加谷チーム 第5位 小奴可チーム

★種目ごとの結果

	1位	2位	3位	4位	5位
1・2 ジェンガ	内堀	千鳥・小串	小奴可	塩原	加谷
大縄跳び	内堀	塩原	加谷	小奴可	千鳥・小串
バケツ転がし	内堀	加谷	千鳥・小串	塩原	小奴可
ネズミの玉引き	千鳥・小串	内堀	塩原	小奴可	加谷
ファイナルアンサー	内堀	加谷	千鳥・小串	同点4位	塩原・小奴可
地区対抗リレー	千鳥・小串	小奴可	加谷	内堀	塩原
縄ない競争	塩原	千鳥・小串	内堀	加谷	小奴可
鉄輪リレー	内堀	小奴可	塩原	千鳥・小串	加谷
ねらいをさだめて	塩原	加谷	小奴可	内堀	千鳥・小串

小奴可の里チャリティカラオケ交流会を開催します

昨年度から新たに始まったカラオケ交流会を今年も開催します。上手下手は言いません。みんなで楽しくやりましょう。多くの皆様のご出演、ご観覧をお待ちしております。観覧は無料です。

日 時 平成30年6月10日(日) 10:00~
場 所 小奴可自治振興センター



健康寿命向上セミナーを開催します

3回シリーズで、健康寿命向上セミナーを開催します。今年度から場所を変えて、いろんな自治会の集会所で行います。小奴可の里自治振興区全部の地域が対象です。

シルバーリハビリ体操も行いますので、動きやすい服装で来てください。近くの方も、ちょっと遠い方も、多くの皆様のご参加をお待ちしております！

送迎を用意します。ご希望の方は、申込の際に送迎希望とお伝えください。

「栄養改善」教室

「年寄りだからあまり食べなくていい」、「肉は食べにくいから欲しくない」と思われていませんか？毎日食べる食事だからこそ、身体にいいこと、学びませんか。簡単にできるレシピの紹介と試食をします。

日 時 平成30年6月24日(日) 13:30~15:30
場 所 加谷集会所
参加費 100円(試食の食材代として)
講 師 原明美さん(管理栄養士)
申 込 6月18日までに小奴可自治振興センター(5-0057)へ



★2回目以降の開催日程は次のとおりです。詳細は近づいたらお知らせします。

回	日 時	内 容	場 所
2	7月18日(水) 13:30~15:30	「運動機能向上」教室 自宅でもできる体操をみんなで習い、楽しい時間を過ごしましょう。	小奴可自治振興センター
3	9月3日(月) 13:30~15:30	「認知症予防」教室 物忘れが気になる人も、今から予防したい人も認知症予防のために、ぜひ参加してください。	千鳥構造改善センター (上千鳥集会所)

小奴可の里地域づくり視察研修旅行 参加者募集

今年度の研修旅行は、讃岐うどんで有名な香川県で、うどん作りを行います。うどんは馴染み深い食べ物ですが、手打ちで作ったことのある人は少ないのではないのでしょうか。懇親を深め、新しいことに挑戦することで地域づくりや日常生活を豊かにする基として役立てていただければと思います。多くの方のご参加をお待ちしております。申込には、4ページの下申込用紙をご利用ください。

日 時 平成30年6月28日(木) 午前7時30分 内堀出発
場 所 香川県琴平町 ナカノヤうどん学校、こんびらさん他
会 費 5,000円
申 込 6月22日までに小奴可自治振興センターへご連絡ください。



電話または、FAX・メールの場合は、お名前と連絡先を書いて送付してください。(電話・ファクス：5-0057)

第 20 回庄原市体協東城支部グラウンドゴルフ大会

5月20日(日)東城中央運動公園で、庄原市体協東城支部グラウンドゴルフ大会が開催されました。

8チーム160名が参加し快晴の下で汗を流しました。小奴可チームは、男性の部4位、女性の部7位、総合の部7位でした。また、個人戦では、男性の部で、錦郡宥さんが5位、廣谷隆寿さんが6位と健闘されました。

小規模多機能型居宅介護施設 **姫りんご通信**

6月3日の小奴可の里いきいき運動会に見学に行きました。

内堀チームの地域テントに席を用意していただき、地域の皆さんの頑張っておられる姿を見て一生懸命に応援し、元気を貰いました。

6月18日に小奴可小学校3、4年生が姫りんごに来て、「福祉の勉強」をテーマに交流会をします。福祉について子供達が関心を持ち、理解することは、福祉の仕事に携わる私達職員にとっても大変心強いことです。



- 今後の予定
- 6月8日 小奴可こども園交流会
 - 6月10日 チャリティカラオケ
 - 6月13日 すみれ会・しゃくなげ会
 - 6月18日 小奴可小3,4年生来所



6月の行事(予定)

8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
10日(日)	小奴可の里チャリティカラオケ交流会	小奴可自治振興センター	10:00~
11日(月)	パソコン教室	小奴可自治振興センター	19:30~20:30
12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
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
24日(日)	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	8:30~
24日(日)	健康寿命向上セミナー(食生活改善)	加谷集会所	13:30~15:30
25日(月)	パソコン教室	小奴可自治振興センター	19:30~20:30
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
28日(木)	地域づくり研修旅行	香川県琴平町	7:30~内堀発

7月前半の行事(予定)

9日(月)	パソコン教室	小奴可自治振興センター	13:30~15:00
11日(水)	シャクナゲの会	小奴可自治振興センター	13:30~15:30
13日(金)	シルバーリハビリ体操	小奴可自治振興センター	19:30~20:30
15日(日)	小奴可の里ソフトバレーボール大会	小奴可スポーツ広場	9:00~

西城市民病院 移動診療日(毎週水曜日)

6月6日、13日、20日、27日、7月4日、11日、18日、25日

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。

体協小奴可地区コーナー

ソフトボール部 東城町ソフトボールナイターリーグ結果

5月22日 小奴可アウトB 8-8 ソニック 引き分け

----- きりとりせん -----

小奴可の里地域作り研修旅行に参加します。

名前	住所	電話番号