

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8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 1,140 人 世帯数 491 戸 高齢化率 50.1%

夏季子供自然教室 川と遊ぼう！



8月6日（金）小奴可研修センター付近の河原で、川遊びを体験しました。

まず、講師の栃木先生から、成羽川や支流の帝釈川に生息する淡水魚の生態や餌について学びました。方言で言っている魚の正式な名前や、それらが食べている水生昆虫について教わりました。その後、川に作った生けすにニジマスを放流しつかみ取りをしました。実際に川に入って遊びながら、川の中の様子を見たり、魚が餌にしているカワゲラ、カゲロウ、トビケラなどを採って観察したりしました。昼ご飯に、地元のボランティアの皆さんの手作りカレーとつかみ取りのニジマスの塩焼きをいただいて、最後にスイカ割り。小奴可の川に子供たちの歓声が響いた1日でした。

楽しい夏の夕涼み 各自治会の夏祭り



小奴可と加谷の夏祭り



塩原納涼盆踊り大会



8月14日（火）は、各自治会で夏祭りが開催されました。

小奴可研修センターでは、小奴可と加谷の夏祭り。カラオケ大会、ラムネ飲み競争、県立大学ウィンドオーケストラの演奏、盆踊り、お楽しみ抽選会、最後に打ち上げ花火と盛りだくさんの内容で真夏のひと時を参加した人たちは楽しく過ごしました。

塩原自治会では塩原集会所で塩原納涼盆踊り大会が行われました。地元に残る盆踊りの「てんがらこう・高い山・砂かき」等を地元の歌い手の声でひたすら踊



たたらの里内堀夏祭り

り続けました。バザーや打ち上げ花火も行われました。

内堀自治会では、午後2時から魚のつかみ取り大会が行われました。お盆休みで帰省した子供達も加わって魚を追いかけていました。盆踊りやバザーは小奴可自治振興センターで行われ、最後の花火を見ながら、お盆で帰省した人たちと共に楽しい夜を過ごしました。

小奴可の里グラウンドゴルフ大会参加者募集！！

グラウンドゴルフは、子供から高齢者の方まで生涯にわたって楽しめるスポーツです。まだプレーしたことがないという方も、この機会に始めてみませんか？スティック、ボール等の用具は自治振興区から貸し出します。

多くの皆様のご参加をお待ちしております。

日時 平成30年9月1日（土）午後6：00集合
 場所 小奴可スポーツ広場（小奴可中学校グラウンド）
 団体戦 自治会対抗 男女混成チーム6名 1位、2位、3位を表彰
 個人戦 1位、2位、3位、ブービー賞を表彰します
 申込 8月28日までに小奴可自治振興センター（5-0057）へ



「認知症予防」教室 健康寿命向上セミナー

認知症は、加齢や病気などが原因となり誰でもかかる可能性があります。でも、生活の中で、その発症を遅らせること、重度化しないように予防していくことはできます。認知症について学び、安心して生活できる住みよい環境について考えましょう。

送迎を用意します。ご希望の方は、小奴可の里自治振興区（5-0057）へお申し込みください。

日時 平成30年9月3日（月）13：30～15：00
 場所 千鳥構造改善センター
 内容 認知症について（講師：認知症介護アドバイザー）
 シルバーリハビリ体操 ※動きやすい服装でお越しください



小規模多機能型居宅介護施設 姫りんご通信

8月14日の内堀の夏祭りにて姫りんごの餃子販売を行い、多くの皆様に来ていただき、ありがとうございました。おかげさまですぐに完売となりました。地域の一員として行事に参加させていただき、楽しい時間を過ごす事ができました。

8月26日は24時間テレビチャリティがあり、姫りんご職員も遊YOUサロンにボランティアに行きます。町内にも先月の大雨災害で困っておられる方もいると聞きます。小さな善意が大きな力になる為に、皆様のご協力をお願いいたします。お互いさまの気持ちを大切に協力し合いたいものですね。



今後の予定 8/17 口腔ケア指導 8/22 口腔ケア指導 8/26 24時間テレビ

平成30年8月の行事（予定）

25日（土）林家ひろ木落語会	東城自治振興センター	14:30～ 18:30～
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

平成30年9月の行事（予定）

1日（土）小奴可の里グラウンドゴルフ大会	小奴可スポーツ広場	18:00～
3日（月）健康寿命向上セミナー（認知症予防教室）	千鳥構造改善センター	13:30～
10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（水）シャクナゲの会	小奴可自治振興センター	13:30～15:30
14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
25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

西城市民病院 移動診療日（毎週水曜日）

8月22日、29日、9月5日、12日、19日、26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で、小奴可アウツAは第3位になりました。応援ありがとうございました。