

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 1,140 人 世帯数 491 戸 高齢化率 50.1%

音楽療法で、心も体も健やかに♪



12月6日(金)小奴可自治振興センターで、小奴可の里元気作り教室「音楽療法」を開催しました。社会福祉法人東城有栖会の音楽療法士 鈴川聡美先生をお迎えし、音楽で頭と心と体を活性化させました。

大きな声で歌を歌いながら体操をしたり、みんなでリズムを合わせて様々な楽器を叩いたりしました。同時に2つのことをするのは、頭の活性化になるそうです。最後には、「夫婦春秋」と「星影のワルツ」の替え歌を歌いながら、合奏しました。笑いと音楽にあふれ、楽しく元気づくりができました。

満員御礼！！林家ひろ木落語会



12月9日(日)小奴可自治振興センターで、林家ひろ木落語会を開催しました。寒い日でしたが、約100名の方で満席になり、話芸や三味線を楽しみました。

前半の演目は、字の読めない小僧さんがお使いに行く噺「平林」と付け焼き刃の知識で知ったかぶりをする噺「つる」の2題。簡単な手品も披露されました。休憩時には、内堀自治会女性部の皆さんによる手作りお菓子や飲物のおもてなしがありました。

後半は、三味線の組み立てから始まりました。民謡などの演奏を挟んで、最後は、長めの落語「藪入り」でした。藪入り(住み込みの奉公人が実家に帰ることができる正月や盆の休日)で、3年ぶりに奉公先から実家に帰ってくる子を迎える親のお話です。幼くして奉公に出した子を思う親心にホロツとしたり笑ったりで心に残る高座でした。

ひろ木さんの今後のご活躍を祈るとともに、生まれ故郷のみんなですべて応援したいと思います。

そば打ち教室

12月16日(日)小奴可研修センターで、年末恒例のそば打ち教室を開催しました。

午前中10名、午後9名の参加があり、ベテランも初めて参加する方も、講師の横山さんと前田さんに指導していただき、楽しくそば打ちを体験しました。

後の会食では、自家製の辛み大根、ネギ、漬物、コシヒカリのおにぎり、豚汁などを持ち寄り年末の忙しい中で和みの時を過ごしました。



みんなで和気あいあいと、しめ飾り作り教室

12月18日(火)小奴可自治振興センターで、しめ飾り作り教室を開催しました。

各自わらを持ち寄り、しめ飾りを作りました。わらで縄をなうのは1年に1度この時期だけ、という人も多く、最初は手探りでしたが、だんだんと思い出して次々に様々な形のしめ飾りを作っていました。初めての方も、講師の道下さんやベテランの参加者に教わりながら、作品を作りました。皆さん、お店に出せばいいほど立派なしめ飾りを仕上げました。



小規模多機能型居宅介護施設

姫りんご通信

12月7日(金)に小奴可小学校3・4年生と今期最後となる交流会を行いました。テーマは「笑顔で接することが大事」。小学生の楽器演奏や、一緒にケーキ作りを楽しみ、笑顔あふれる交流会となりました。別れ時、涙を流される利用者もいらっしゃいました。

12月28日(金)午前中に、恒例となりました餅つきを行います。お手伝いできる方は是非お願いします。

少し早いのですが、来る年が良い年でありますように。合掌。



今後の予定

12/20・21 姫りんご忘年会 12/25 シルバーリハビリ体操 12/28 餅つき
1/2 奴可神社初詣



平成30年12月の行事(予定)

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

平成31年1月の行事(予定)

11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

21日(月) パソコン教室 小奴可自治振興センター 19:30~20:30

22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

30日(水) サロン交流会 小奴可自治振興センター 13:30~

平成31年2月の行事(予定)

17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~

西城市民病院の移動診療日は、毎週水曜日です。

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

銃剣道部 小奴可剣友会

12月9日(日)香川県善通寺市の善通寺市民体育館で開催された第47回中国・四国銃剣道選手権大会において、宇恵紳二さんが個人戦第3位に入賞しました。