

## 第129号

発行 平成29年11月6日

編集 新坂自治振興区

TEL/FAX 08477-2-2252

E-Mail [shinsaka@vesta.ocn.ne.jp](mailto:shinsaka@vesta.ocn.ne.jp)

# しんさか

### 健康寿命向上セミナー～わしでもできる うちでもできる～庄原市一般介護予防事業 のお知らせ

いつまでも元気で過ごすためにちょっとしたコツをみなさんで学んでみませんか？

物忘れが気になる人も、今から予防したい人もぜひ参加してください。

○日時：11月16日（木）10時～12時 ○場所：新坂自治振興センター

○内容：認知症予防教室 ○講師：庄原市保健師

○申し込み：11月10日（金）までに新坂自治振興センター（☎2-2252）へ

○送迎あります（片道200円）。送迎希望の方はセンターまで遠慮なくお知らせください。

※軽い運動（シルバーリハビリ体操）があります。



### クリーン作戦にご協力をお願いします

11月26日（日）に、3支部一斉にクリーン作戦を実施します。支部ごとに集会所の掃除・河川の清掃・道路沿いの空き缶拾いなどを行います。できるだけ各家庭から1名はご協力いただきますようお願いいたします。

◆日時 11月26日（日） 午前8時から

◆集合場所 三坂北：元久岡医院前 三坂南：三坂南集会所 新免：新免集会所

※お茶とごみ袋を配布しますので、支部長または代理の方は新坂自治振興センターへ11月24日（金）までに受け取りにお越しいただきますようお願いいたします。

### 女性部料理教室のお知らせ

お待たせしました！今年の女性部の料理教室は「冬野菜を使った料理」です！みんなで集まって料理を楽しく学んで食べて、おしゃべりしましょう♪ぜひご参加ください。

○日時 11月30日（木）10:00～14:00

○講師 栄養士

○メニュー 「冬野菜を使った料理」

○持ち物 エプロン、三角巾 ○参加費 200円

○申し込み 11月20日（月）までに新坂自治振興センター（☎2-2252）へ



### 義援金にご協力ありがとうございました

平成29年7月に発生した九州北部大雨災害により被災された方々を支援するため、新坂自治振興区で義援金に取り組みました。9月20日から10月31日までの期間に、40,500円の義援金が集まりました。集まった義援金は、庄原市役所東城支所へ提出しました。東城支所から日本赤十字社へ送られます。ご協力ありがとうございました。

### 11月13日（月）レコードコンサート開催時間の変更のお知らせ

**14:00 開会に変更します。** 14:00～尺八生演奏 14:30～レコードコンサート

場所：新坂自治振興センター体育館 参加費 100円（おいしいケーキと紅茶つき♪）（要申込）

## 第54回東城地区総合体育大会に出場しました！

10月8日(日)に、久代・新坂チームとして今年も出場しました。成績は8チーム中惜しくも最下位となってしまいました。チーム一丸となってスポーツを楽しまれました。グラウンドゴルフにおいてはAチームが2位という好成績を修められ、10月21日に開催された「第12回庄原市民健康づくりGG大会」へ出場されました。参加された皆さん応援に来られた皆さん、お疲れさまでした。



ソフトバレー男子：7位、女子7位 ソフトテニス：5位  
ソフトボール：5位 GG：7位 大縄飛び：5位 リレー：6位

## 女性部視察研修「岩国うまもんぬか床づくり研修と錦帯橋見学」に行ってきました



10月12日(木)に19名で山口県岩国市へ研修に行ってきました。雨が心配でしたが、折り畳み傘を使うことなく楽しんで来れました。錦帯橋と吉香公園を散策したあと、宇野千代さんゆかりの「半月庵」で昼食をいただき、午後は創業300年のお漬物屋さん「うまもん」でぬか床づくり体験をしました。ぬかに塩水を入れて混ぜて、昆布などを入れて自分のぬか床を作り持ち帰りました。とても楽しい体験ができました。毎日ぬか床を混ぜるのは大変ですが自分で漬けたぬか漬はおいしいでしょうね♪

## ふれあい東城まつり「自治振興区対抗丸太切り競争」に出場しました

10月15日(日)に、第35回ふれあい東城まつりにおいて、自治振興区対抗丸太切り大会が開催され、新坂から男性3名1チーム、女性3名1チーム出場しました。新坂自治振興区の丸太は堅かったようで苦戦されていました。結果は男子7位、女子6位でしたが、男女とも最後まで一生懸命頑張られました！！ありがとうございました。



## 各支部のサロンのお知らせ

今年立ち上げた各支部のサロンの開催日は次のとおりです。年齢も男女も関係なく誰でも参加できる会ですので、声をかけあってお気軽にご参加ください。みんなで遊べる楽しいレクリエーションもあります！みんなで集まりましょう♪

### \*新免支部「折り折に語ろう会」

11月より 毎月**第1土曜** 13:00～に変更します。場所：新免集会所

### \*三坂南支部「サロンさくら」

毎月**第4月曜** 13:30～ 場所：三坂南集会所

### \*三坂北支部「ひだまりの会」は調整中です。



## ～新坂の美しい自然写真～

ほうき草  さん宅

きれいな真っ赤になりました。

枯れたらほうきが作れます。

来年できる苗が欲しい方は新坂自治振興センター (☎2-2252)

までお電話ください♪



9/8



9/25



10/11

