

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

令和2年1月6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 1,093 人 世帯数 472 戸 高齢化率 51.3%

小奴可の里みそ（小奴可の里農産加工部）仕込みが始まりました！



1月6日（月）から小奴可自治振興センターの加工室で、令和2年のみその仕込みが始まりました。初日は地元産の米を使ったこうじ作り。蒸し上げた米にこうじ菌を混ぜ、発酵させます。3日目に完成したこうじ、圧力釜で柔らかくした大豆、塩を混ぜ合わせて、12月まで熟成させます。

昨年仕込んだ熟成みそは、1キロ600円で好評販売中です。

お問い合わせは小奴可自治振興センター（電話5-0057）へお願いします。

しめ飾り作り教室を開催しました



12月26日（木）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。10名が参加。講師の道下隆さんに教わったり、参加者同士で教え合いながら、玄関用や神棚用などのさまざまな形のしめ飾りを作りました。手慣れた方も多く、おしゃべりを楽しみながらの賑やかな教室でした。

ひだまりの会

12月16日（月）、小串集会所で、千鳥・小串地区の民生委員、ひとり暮らし相談員の方により、ひだまりの会が開催されました。18名が参加されました。

午前中は、JA庄原東城支店の増田さんの指導で干支の押し絵づくり。今回の広報タイトルの福ねずみは、このときの作品です。手作りの美味しいお昼をいただいたあとは、気軽にできる体操などを楽しみました。



新年のごあいさつ

小奴可の里地域の皆様には、令和新年を迎えられお元気でお過ごしのこととお慶び申し上げます。

旧年は災害復旧元年で地域内いたるところで工事が始まり、皆様方のご協力のもと進められてきています。皆様には大変ご迷惑をおかけしていると思いますが、早期完了する様引き続きご協力をお願い致します。

小奴可の里地域内で、自主防災会が加谷、塩原、千鳥、小奴可に出来、「人の命を守る」各自治会の取り組みも見えて来ました。小奴可の里自治振興区としても「小奴可地域に住んで良かった」と皆様に言ってもらえるよう、より一層活力のある地域を目指して行きたいと思っております。

今後共、各種行事に積極的にご参加を頂き皆様方と話し合いを進めたいと考えます。どうかご指導ご鞭撻を賜りますよう宜しくお願い申し上げます。

小奴可の里自治振興区
会長 金本 守正 役員一同

小奴可の里元気作り教室「音楽療法」

音楽には、心を穏やかにしたり、元気にしたり、健康作りや介護予防に効果があると言われております。楽しく音楽療法を体験してみませんか。

無料送迎車を用意します。ご希望の方は、小奴可自治振興センター（5-0057）へご連絡ください。多くの方のご参加をお待ちしております！

日時 令和2年1月30日（木）
午後1時30分～

場所 小奴可自治振興センター（内堀）
講師 音楽療法士 児玉誠次さん（シルトピア油木）



昨年の様子

令和2年1月の行事（予定）			
10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
11日（土）	小奴可こども園 とんど祭り	小奴可こども園前田んぼ	9:30～
20日（月）	パソコン教室	小奴可自治振興センター	19:30～20:30
21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
22日（水）	シャクナゲの会	小奴可自治振興センター	13:30～15:30
30日（木）	小奴可の里元気作り教室「音楽療法」	小奴可自治振興センター	13:30～15:30
令和2年2月の行事（予定）			
4日（火）	地域で元気を育てる会（サロン交流会）	小奴可自治振興センター	13:30～15:30
10日（月）	パソコン教室	小奴可自治振興センター	19:30～20:30
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
16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。

※インフルエンザの予防接種の予約ができます。問い合わせ先：西城市民病院（0824-82-2611）

移動販売車「移動スーパー東城元気便」の運行予定について

1月 8日（水）	10:45～	小奴可研修センター
1月22日（水）	10:45～	小奴可研修センター
1月22日（水）	14:45～	小奴可自治振興センター
1月26日（日）	14:00～	加谷集会所
1月30日（木）	15:00～	小奴可自治振興センター

ご厚志のお礼

Web版には掲載していません。

体協小奴可地区コーナー

ゴルフ部 第28回小奴可体協ゴルフ大会
12月7日（土）於：庄原カントリークラブ
第1位 川崎実伸
第2位 黒田誠
第3位 長谷川伸治