

第2回 健康づくり講座 参加者募集

ノルディックウォーキング

。。。正しく歩いて健康アップ。。。

前回好評でしたノルディックウォーキング講習会の2回目を次のとおり開催します。初めての方も前回受講された方も、ぜひご参加ください。

〔担当：健康福祉部会〕

〔とき〕 11月23日(水) 受付：9時15分～、9時30分～11時30分

〔ところ〕 であいの里へ集合、近隣を歩く予定

〔受講料〕 無料

〔持ち物〕 持っている方はポール、のみもの、タオルなど

〔その他〕 運動のできる服装、やっぷー健康ポイントカード持参

雨天の場合は体育館シューズ持参

〔申込み〕 11月21日(月)17時までに であいの里へ連絡

但し、30名程度で締切ります。

参加してね



主な事業計画等

11月19日(土)9:30 ふれあい市場
社協フェスタ出店

11月23日(水)9:30
ノルディックウォーキング講座

11月24日(木)3区合同サロン

11月30日・12月7・14日(水)
第一学院土人形体験講座

12月6日(火)
であいこども園との交流もちつき大会
3区合同サロン予定

主な活動経過等

10月15・16日(土・日)
食文化まつり出店 和田山
10月22日(土)草刈り作業
10月25日(火)ほのぼの会、JA女性会受入
10月26日(水)第一学院土人形講座
10月28日(金)展示開始(こども園)
10月29日(土)ふれあいまつり準備
10月30日(日)

であいの里ふれあいまつり
11月5・6日(土・日)
関宮文化祭作品展示参加
11月6日(日) 関宮文化祭出店
関宮地域自治協スポーツ大会
11月9日(水) 自治振興部会
11月10日(木) 第6回運営委員会
11月13日(日) 但馬感動市出店

裏面もご覧ください。

クマに注意！！

先日、テレビや新聞で報道されましたが、校区内でクマに襲われる事故が発生しました。クマの活動が特に活発なこの時期は被害に遭わないよう十分注意しましょう。

熊の被害の遭わないために (2014.9 広報やぶより)

(1) 出没時間帯の把握

- ・日の出、日の入りの時間帯は菜食行動が活発になります。夜間は行動が大胆になります。

(2) 誘引物の除去対策

- ・生ゴミを野外や田畑に置かないようにしましょう。
- ・屋外や納屋などに食べ物を置くと匂いに気づいて近寄ってくる恐れがあります。
- ・柿や栗は早めに収穫し、収穫しない木は伐採しましょう。

(3) ばったり出合わないために

- ・山に入る時や夜間はラジオや鈴などの音響物を携帯しましょう。特に雨の日や川沿いでは大きな音を出しましょう。

(4) もし出合ってしまったら

(参考：一般的に言われていること。)

- ・気づかれない場合は、静かにその場を立ち去る。
- ・気づいていると感じた場合は、落ち着いて状況をよく判断してその場からゆっくり立ち去りましょう。大声を出したり走ったりするとクマを興奮させます。

11月19日(土) であいの里 ふれあい市場のご案内

氷ノ山も11月早々に初冠雪、晩秋を迎え冬支度で心せわしくなっている頃でしょうか。

今年度2回目の“ふれあい市場”を次のとおり開催します。

野菜や果物、加工品などを見たり買ったり、お茶を飲んだりお休みがてら、であいの里にお誘いあわせお越しください。

農家の皆さまは少しずつでもかまいませんので出荷くださいますようお願いいたします。

〔担当：自治振興部会他〕

〔とき〕 平成28年11月19日(土)

9時30分～12時

但し、なくなり次第終了します。

〔ところ〕 であいの里

〔販売品〕 野菜、くだもの、豆類

シクラメン、葉牡丹、加工品(さんしょ大福、あん入りもち、漬物他) など

〔喫茶開店〕 コーヒー、紅茶、大福と飲物セット

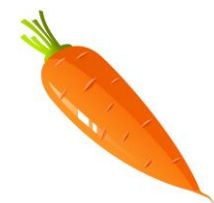
〔その他〕 来場者へ秋野菜たっぷりの豚汁をサービスします。



農家の皆さまへお願い

天候不順で野菜の生育状況も心配なところですが、ご家庭で食べきれない野菜や果物などがありましたら、ふれあい市場に出荷くださいますようよろしくお願いいたします。

〔受付〕11月19日(土)8時30分～9時15分 であいの里
当日持込できない方は前日までにであいの里に持参いただくか、各区長さんへ依頼してください。



加工グループからお願い
大根をいただけませんか

漬物や佃煮などに加工する大根を分けていただきたくお願いします。

形が悪くても、小さくてもよろしいです。

10kg当たり500円です。

*正月もちの注文受付中 7～8個入りパックもあります。

まるもち1升1,800円(1升から受付)

とち5,400円 よもぎ3,800円(約1.4升・1臼から受付)

であいの里
広報

2016/11/15 No.83
兵庫県養父市出合 249
出合校区協議会
〔であいの里〕
(電話)667-8020
(Fax)667-8022
<http://www.deaikyo.com/> (ホームページ)