

八幡自治振報

平成29年11月5日号

元気を出そう八幡

八幡自治振興区 (☎・fax) 4-0205
E-mail yawata@vesta.ocn.ne.jp
URL <http://bingo-yawata.com/index.html>

初マラニック開催

10月29日(日)庄原市で初めてのマラニックが行われ、あいにくの雨の中50キロの部と10キロの部に皆さん挑戦されました。50キロの部は、帝釈の「まほろばの里」をスタートして西城町の「道後山高原クロカンパーク」をゴールとするコースを駆け抜けました。このコース沿いには10か所の「エイドステーション」と呼ばれる休息所があり、八幡では3か所(東城町森林組合・東城八幡ファーム・八幡自治振興センター)設けられました。その中で、八幡自治振興センターでは、「ひなたぼっこ」の皆さんのご協力により、おもてなしを行いました。参加された皆さんに提供したものは、比婆牛、唐辛子味噌、新米、冷たい飲み物、熱いお茶等でした。好評だったのはやはり比婆牛で、それに当日は雨で体が冷えていた関係で熱いお茶が喜ばれました。

参加された方を見ると意外に年配の方が多いのには驚きと、日頃のトレーニングの成果なのでしょうが元気に通過されていきました。色づき始めた景色を目に刻んで帰っていただけでしょうか・・・参加された皆さんお疲れさまでした。そして「ひなたぼっこ」の皆さん大変お世話になりました。



振興センターの環境整備



振興センター入り口がスッキリしました

男の料理教室開催

男の料理教室（石田美秋代表）が10月19日（木）18時30分から行われました。今回は秋らしくキノコを使った「貝だくさんのキノコ汁」、「キノコのピリ辛金平」、ご飯は「栗ご飯」でした。レシピに沿って手際よく作り1時間ほどで出来上がりました。

そして今回は料理教室の見学に、八幡地域の食生活改善推進委員の皆さんがおいでになり、日々の食生活のアドバイスをいただきました。その後全員で出来上がった料理をおいしくいただきました。食生活推進委員の皆さんご苦労様でした。



健康寿命向上セミナー開催のお知らせ

10月5日発行の行政文書でもお知らせしておりますが、下記のとおり開催されますので多くの方の参加をお待ちしています。

第1回開催日時 11月15日（水）9時30分～11時30分

内 容 運動機能向上教室

講 師 コーチーズ

第2回開催日時 11月24日（金）9時30分～11時30分

内 容 栄養改善教室

講 師 庄原市 栄養士

第3回開催日時 12月12日（火）9時30分～11時30分

内 容 認知症予防教室

講 師 庄原市 栄養士

市民タクシー利用状況

今年度から運用を開始し6ヶ月を経過しました。この半年間の市民タクシー利用状況をお知らせします。

月別利用者数 4月 7人 5月 13人 6月 14人

7月 10人 8月 8人 9月 7人

収支状況：現在のところ赤字にならない程度で推移しています、今後とも2人以上で乗り合わせていただきますよう協力お願いいたします。

NPO 法人コーナー

ぽんぽこ秋祭りを開催

10月24日（火）ぽんぽこ山保育園で「ぽんぽこ秋祭り」がNPO 法人やわた創生プロジェクト主催で行われました。当日は、やわたにこにこフィットネス・地域のサロン・デイホームの皆さん・地域の皆様等多くの方が参加いただき、子供たちとお年寄りの皆さんの世代間交流として有意義なひと時を過ごしました。参加いただいた皆さんありがとうございました。

