

# 小鹿地域協議会だより

(令和6年1月号)

【発行】小鹿地域協議会 (☎:43-1932/✉oshikakyougikai@gmail.com)

1月

『お困り事』の相談に乗ります。  
お気軽にご連絡ください。



☎ 43-1932  
(090-1012-9116)

## 新年明けましておめでとうございます

皆様におかれましては、穏やかな新年をお迎えのことと謹んでお喜び申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症が第5類に移行され、それに伴って小鹿地域協議会の事業も少しずつ実施された年になりました。

体育部では、4年ぶりに小鹿西郷地区交流グラウンドゴルフ大会を開催、また、教養部では、新たな事業として“小鹿川で遊ぼう”の開催など、地元住民や他地域との交流復活の機会となったと感じています。

令和6年。今年も楽しい交流事業を含めた、小鹿地域の活性化に繋がる計画をしていきたいと思っておりますので、皆様の変わらぬご指導・ご協力をよろしくお願いいたします。



### 第14回小鹿西郷地区グラウンドゴルフ交流大会

11月19日(日)ふるさと健康むら、及びバンビセンター体育館にて、第14回小鹿西郷地区交流グラウンドゴルフ大会を開催しました。

4年ぶりの開催となった本大会。前日には雪がちらつく程の寒さでしたが、当日は汗ばむくらいの晴天!!

参加者・役員等総勢約80名が集い、午前中はグラウンドゴルフ大会、その後はバンビセンター体育館に移動して昼食交流会を行いました。交流会では、一緒にグラウンドゴルフをした仲間との食事やお喋り、また、小鹿ふるさと会の踊りの披露を存分に楽しめましたよ。

閉会式では、「次回は西郷地区にお越しくださいね」とお声掛けいただき、次の再会を約束しました。

次回も皆さん、元気にご参加くださいね。



## 料理教室を開催 ★ 糖尿病予防編

12月7日(木)バンビセンター調理室にて、糖尿病予防をテーマに料理教室を開催しました。今回も食生活改善推進員さんの指導の下、参加者8人は2組に分かれ、それぞれ5品を調理。作り方をしっかり確認し、調味料もきっちり量って作業しながらも、久しぶりに会った顔馴染みとおしゃべりも忘れず、賑やかなひと時を過ごしました。完成後、豆乳スープの味見をした参加者から「ちょっと味が薄い？」と声があり、塩分濃度を測ると“ちょうどいい”との結果。自分のいつもの感覚を確かめる良い機会にもなったのではないのでしょうか。

日頃から薄味を心がけて、健康に毎日を過ごしていける食生活を目指したいですね。



- 糖尿病予防メニュー
- ◇ レンコン挟み焼き・椎茸の肉詰め
  - ◇ 小松菜の塩昆布ナムル
  - ◇ 厚揚げのみぞれあんかけ
  - ◇ さつまいもの豆乳スープ
  - ◇ さつまいもの蒸しパン



## 三徳小鹿子どもまつり

12月17日(日)三徳センターにて、三徳小鹿子どもまつりを開催しました。今回も森嶋千歳さんに講師をお願いして、まずはミニ門松作りから。小鹿地域協議会教養部長の青木慎吾さんから、クイズを交えながら門松の由来等のお話をしていただき、静かに真剣に聞く子ども達の姿がみられました。

ミニ門松は子どもたちの発想豊かな作品が出来上がり、青木さんのお話にあったとおり、個性あふれる“神様が幸せを運んでくる目印”になりました☆ お次はゲームコーナー。輪投げとバグーを楽しみました。

輪や玉が入った数に応じて景品がもらえるため、繰り返し挑戦する姿がみられましたよ☆

そして最後は、吹雪の中、役員さんが焼いてくださったアツアツの焼き芋をいただき、心も身体も温まるひと時になりました。

参加者の皆さんをはじめ、地域のこどもたちのために事前準備から当日の運営まで、寒さに負けずご協力くださった役員の方、本当にありがとうございました。

また今年も開催しましょうね。



### 小鹿地域協議会会議予定

○新区長会>1月12日(金)18:30~

○新役員会>1月15日(月)19:00~

○定期総会>1月27日(土)18:30~

※ご出席いただく方には、改めてご案内します。