



男性料理教室「男飯」

1月25日に美濃公民館で、美濃地区食生活改善推進協議会の皆様が指導していただき男性料理教室「男飯」が開催されました。メニューは切干大根とわかめの混ぜご飯、豆腐の中華スープ、大根餃子、ほうれん草と春菊のおひたしです。美濃地区食生活改善推進協議会の皆様7名と美濃地区の男性8名が料理に参加しました。男性の皆さんは慣れない手つきで一糸懸命に教わりながら調理をしていました。約一時間半程度で料理が出来上がりその後会食して感想を話し合いました。中にはお代わりをする人もいて、自分の作った料理に満足していました。今後もこの企画を続けていきたいと考えていますので興味のある方はご参加いただきたいと思います。



中西小学校

1年生 昔あそび

1月31日に、中西公民館にて中西小学校の1年生8人がコマ回しや、けん玉、竹とんぼなどを体験しました。美濃地区から森脇博文さん豊田良久さん椋木亮治さんの3名、中西地区から1名の指導者に参加していただきました。子どもたちは、コマの回し方やコツなどを指導者から教わり自分でコマが回ると歓声を上げて喜んでいました。また、指導者の手作りの竹とんぼに挑戦し、はじめは飛ばなかったのがコツを覚えて遠くに飛ばすと大喜びしていました。けん玉は初めての児童が多くなかなかうまくできずに苦戦していましたが、けん玉名人の指導者に教わりけん玉のやり方が少しずつ理解できた様子でした。指導者の皆様ご協力ありがとうございました。



家族祭りの開催について 【お知らせ】

毎年恒例となりました美濃地区有志の会によります家族祭りが、3月9日午前10時から午後2時まで憩いの広場で開催されます。今年も、昨年に続き高津子供神楽の演舞も予定されています。また、お雛様展示は2月23日(日)から3月29日(土)午前10時から午後4時まで美濃憩いの館にて展示されます。

地区の皆様にはぜひ足をお運び頂きますとともに、地区外のご友人ご親戚にも美濃お雛様展示において頂きますようお願い致します。



【雛人形に関する問合せ先】

☎ 29-0070 (代表/椋木)

・雛飾りの持込 ★お気軽にご連絡ください!
・展示期間など

↑ 昨年の様子です♪

更生保護女性会より本の寄贈



今年も美濃公民館へ更生保護女性会より3冊の本が寄贈されました。「はたらくるま」「やばい日本史」「天国の犬ものがたり」の3冊です。読書希望のある方は公民館図書にありますので読書してください。

第3回 美濃地区健康教室

2月18日に美濃公民館にて、第3回美濃地区健康教室が開催されました。今回は益田市健康増進課介護予防コーディネーター・健康運動指導士 波田様によります「心も体もリフレッシュ～簡単で楽しい体操～」の講演が行われました。また健康増進課山根様より「ヒートショックと感染予防」のミニ講演もあり出席者の皆さんも真剣に受講されていました。この後美濃地区食生活改善推進員さんのご協力でおやつタイムがあり全員でいただきました。



★3月の主な行事

- 6日(木) 美濃地区社協理事会
- 8日(土) 中西中学校 卒業式
- 11日(火) 健康を守る会 役員会
- 14日(金) いきいきクラブ理事会
- 19日(水) 中西小学校 卒業式
- 19日(水) 自治会長会議

3月の診療日

6日 村野医院

13日 林 医院

20日 休診

27日 すみかわクリニック



診療時間

13:30～

お礼

本郷郷下

原カツ子様

美濃地区社会福祉協議会に対しまして
ご寄附をいただきました厚くお礼申し上げます。