

# 道川瓦版

第323号 令和5年12月26日

～輝け笑顔！深まれ絆！行くぞ道川！～

出会い ふれあい 助け合い 笑顔でつなぐ明日の道川

発行・編集： 道川公民館 道川地域づくりの会

## お出かけ講座～下道川上集会所～

11月30日（木）、下道川上集会所で今年最後のお出かけ講座を行いました。今回も、可部保健師による血圧測定と健康相談、健康増進課・下森さんによるゆる～り体操、匹見駐在所・宮本巡査部長による交通・生活安全指導を行っていただきました。また、匹見歯科診療所の歯科衛生士・森本さんに来ていただき、口の機能についてのお話をいただきました。



昼食はご飯、豚汁、焼き鮭でした。「みんなで食べるとおいしいね」とお話ししながらいただきました。



## 道川寿会 年末奉仕作業

12月14日（木）、寿会の皆さんによる年末奉仕作業が行われました。今年も公民館と道川診療所の門松づくりと、公民館内の清掃をしてくださいました。作業後は皆さんで昼食を取り、お楽しみゲームをして、1年の活動を締めくくりました。

おかげさまで、公民館もいい年を迎えることができます。ありがとうございました。



上のガラスまできれいにしてくださいました。



松やナンテンもあり、豪華なお飾りを作ってくださいました。



## いきいき百歳体操最終日

12月6日（水）、今年度最後の体操を行いました。可部保健師から健康維持の話があり、健康増進課・下森さんに足の指の力を測定や体操の指導をしてもらいました。体操後にはお楽しみゲームをしたり、古代小豆のぜんざいをいただき、最後は道川健康づくりの会会長の山下恭昭さんの挨拶で、全29回の体操を締めくくりました。冬の間はお休みして、また来年度春から再開する予定です。

公民館には卓球や、レクリエーションなどの器具があります。いつでも公民館をご利用ください。



## お楽しみ教室

### 1回目 クリスマスリース作り

12月6日（水）、高田純子さんに教えていただいて作りました。

わっかになった葛に、杉の葉や、松ぼっくり、りぼんなどを思い思いに飾りました。葛にまきついたツルも生かしたりして、色とりどりのリースができました。



### 2回目 しめ縄作り

12月21日（木）、三好成子さんに教えていただいて行いました。

基本になる神棚用を作ってから、玄関などに飾るものを作りました。輪っかにしたり、扇をつけてみたり、アイデアで色々な形ができることも教えてもらいました。



### 次回のお楽しみ教室は… パパッと作れるカンタン料理

日時：1月16日（火）10：00～13：00  
場所：道川清流会 参加費：200円  
持ち物：エプロン・三角巾

手軽にもう一品！野菜がとれる料理を一緒に作って食べましょう。お楽しみタイムもありますよ！



## 新年挨拶会

日時：1月1日（月・祝）9：00～10：00  
場所：道川清流会館

## 道川公民館 年末年始休館のお知らせ

令和5年12月29日（金）～令和6年1月3日（水）

今年も地域の皆様には大変お世話になり、ありがとうございました。どうぞ良いお年をお迎えください。

## 道川地区の主な行事

### ＜1月の行事＞

- 1日（月・祝） 新年挨拶会
- 4日（木） 公民館 仕事始め
- 7日（日） 益田市消防出初式
- 8日（月・祝） 益田市 二十歳の集い
- 16日（火） お楽しみ教室～パパッと作れるカンタン料理～



## 道川地域づくりの会 公式LINEアカウント

地域の皆さんもぜひご登録ください！



道川の情報満載！