

なかに 令和7年3月

発行者：中谷自治センター

センター長：遠藤 和男

電話番号：0247-26-1457

FAX：0247-26-3068

～中谷地区自治協議会だより～



3月を「弥生」といいますね。暖かい日が多くなってくる頃ですが、それと共に、草木が芽吹き、生い茂ってきます。この時期は、花粉症の方には辛い季節でもありますね。早めの対策をして、寒い冬を乗り越えた喜びを暖かな日差しを浴びながら春を見つけに散歩に出かけてみて下さい。

～3月のイベント案内～

中谷地区区長分散会

坂路地区 土田 富夫区長、中田地区 鈴木 喜一区長が1年の任期を終えられます。

区長の皆様には各行政区の業務でお忙しい中、敬老会、文化祭、中谷地区自治協議会における部会の活動への参加協力など様々な事業で大変お世話になりました。ありがとうございました。

1年間、お疲れ様でした。

【区長会の活動
を振り返って】



3地区合同敬老会（八幡屋にて）



文化祭のフィナーレ！大盛況だった餅まき

ハルディックウォーキング定例会

日時：令和7年3月22日(土) 午前10:00～12:00

場所：沢田地区

内容：沢田地区特産のリンゴ畑を抜けるコースをウォーキングします。

※ 参加は初心者講習を実施済みの方に限ります。

中谷長寿会連合会 ボッチャ体験

日時：令和7年3月13日(木)

場所：中谷自治センター 体育館

内容：レクリエーション用に簡単なルールで

誰もが気軽に楽しめる『ONE ボッチャ』

にチャレンジします！



中谷スポーツ交流会 ボッチャ

<各種団体予定>

【教室】

<卓球> 毎週㊦・㊧・㊨ 午後7時30分～

<中谷ラージボール> 毎週㊦・㊩ 午前10時～

<なでしこラージボール> 毎週㊦ 午後1時30分～

<さくら会ラージボール> 毎週㊨ 午後1時30分～

<空手> 毎週㊩ 午後5時～

<太極拳> 第1・2・3 ㊨ 午後1時30分～

<書道> 第1・2・3 ㊨ 午後2時～

<刻字> 第2・4 ㊦ 午後1時30分～

<芳柳流すみれ会> 第2・4 ㊩ 午後1時30分～

<おはなしふうりん> 第4 ㊦ 午後7時30分

盛り上がった中谷 e スポーツ交流会



2月11日(建国記念日)、昨年も盛会だった e スポーツ、今年も福島県 e スポーツ推進協議会代表 中河西 宏樹様を講師に迎え、太鼓の達人、ぷよぷよ、グランツーリスモ(カーレース)を楽しみました。E スポーツは、体への負担もなく、年齢も関係なく誰もが楽しめるコミュニケーションツールとして広まっています。



画面を見ながらリズムに合わせて太鼓を叩く(太鼓の達人)



今年の参加者の皆さん
全身で楽しめた e スポーツに大満足でした。



レーサー気分になって対戦(グランツーリスモ)

中谷地区自治協議会 視察研修 in いわき市川前



『居場所』って大切
だなぁ…

2月15日(土)、いわき市川前地区 NPO 法人 小さな拠点「おおか」に視察研修に行ってきました。この地区は高齢化率54.7%、健診結果も県内ワースト1位が3項目もあり、この背景には『無医村』であることが要因になっていると考えられています。そういったことから、地域で最後のチャンス!! かもしれないと区長を中心に立ち上がりこの『小さな拠点おおか』が始まりました。

居場所の大切さを改めて感じる事ができた研修でした。

シルバーリハビリ体操



古民家を有志で集まって改修した「おおか」



研修の様子



～なかに文庫からのおしらせ～

タイトル	著者
藍を継ぐ海	伊予原 新
ゲーテは全てを言った	鈴木 結生
クスノキの女神	東野 圭吾
架空犯	東野 圭吾
地雷グリコ	青崎 有吾

タイトル	著者
成瀬は信じた道をいく	宮島 未奈
あえのがたり	加藤シゲアキ
老いてもヒグチ	樋口 恵子

第172回芥川賞・直木賞

東野圭吾作品や、成瀬シリーズ続編など話題作も入庫しました!

おまちしています



手作り弁当届けます! **食彩あすか**
予約承ります。(月・火・水・木・金)
前日迄のご予約をお願いします。
電話 0247-26-8588

お弁当のメニュー
発信中!

