

令和4年

なかに 7月

私達の中谷「今」。
そして未来へ

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

中谷地区自治協議会 総会

令和4年度も昨年度に続き、新型コロナウイルス感染症の状況が、未だに収束までには、至っておりません。感染防止を考慮しますと、通常通り総会を開催するには、時期早々と判断しまして、今年度も理事会をもって総会機能を代行させていただきます。どうか、ご理解の程よろしくお願い致します。

中谷地区自治協議会 理事会

5月31日(火)PM7:00～中谷自治センター(視聴覚室)において、理事会が開催されました。総会の機能を代行して頂き、理事の皆さんには、各事業及び事案に対し慎重審議して頂き、最終的に全ての議案に承認と可決を頂きました。



福祉部会からのお知らせ ～健康な体づくりのために「イキイキ体操くらぶ」を開催します！～

最近、よく耳にする「健康寿命」。人生100年時代と言われている今、私たちがいつまでも健康で明るく生き生きと暮らしていくために必要なことは、食事、健康な体づくり、社会参加、です。この3つはフレイル予防(心身虚弱)としても欠かせないことです。そこで、福祉部会では中谷地区住民の皆さんの健康な体づくりを応援します！！

○内容：①体組成計で自分の脂肪量・筋肉量・水分量・基礎代謝量などを測る。

②体力測定：握力・長座体前屈・開眼片足立ちなど

③健康体操 などを予定しています。詳細は後日、回覧でお知らせします。



弁当・コロッケ・メンチ予約承ります。

弁当(月・火・水・木・金)

コロッケ・メンチ(水・木・金) ※各10個以上
前日のご予約をお願いします。

食彩あすか

電話 0247-26-8588



石川そば同好会 環境整備

6月11日(土)AM6:00～石川そば同好会の皆さんが中谷自治センター周辺敷地の草刈りをして頂きました。雑草もかなり生え茂って景観も酷くなっていたので、本当に感謝申し上げます。毎年恒例として頂き自治センターの職員は、もちろんのこと利用者の皆さんもありがたく思っております。



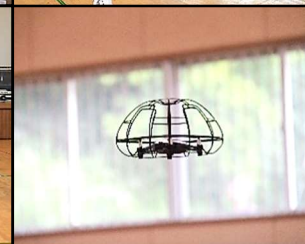
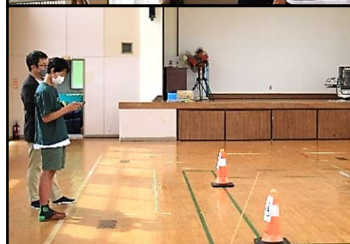
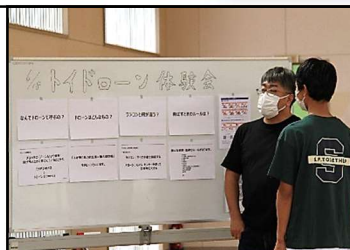
パソコン教室 移動研修

6月23日(木) 中谷自治センターパソコン教室では、高清水自然公園で文化祭での作品展示用写真撮影会を行いました。



生涯学習部会 ドローン体験

6月18日(土) 中谷地区自治協議会生涯学習部会(部会長 芳賀勝)では、F-field(松尾、酒井さん)を講師にドローンについての座学やトイドローンの操作を体験しました。大人も子供も楽しみながら学びました。
参加者 12名



レディースセミナー6月月例会

～パン作り体験～

6月25日(土) 中田・ひとくらすにて、パン作り体験を行いました。メロンパンやベーグルなどを作り調理室内にたちこめるおいしそうなパンの匂いにセミナーの皆さん一同、幸せそうでした。

来月の月例会では双葉郡浪江町方面に移動研修に行く予定です。震災から11年、あの未曾有の大災害を風化させないために関連施設に行き、防災意識を高め、伝えていきたいと思っております。

❁ひとくらすでは様々なイベントを開催しています。是非、ご参加下さい。

