

みんなの元気で地域をつくる小奴可の里

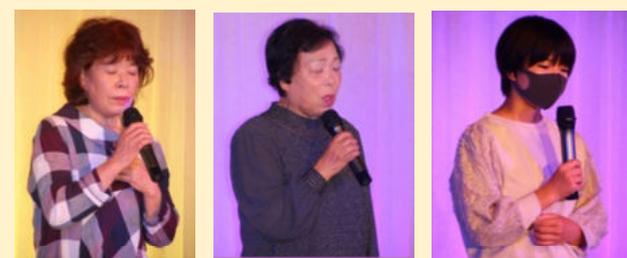
小奴可の里だより

令和5年7月4日



庄原市東城町内堀 1100 番地 1 小奴可自治振興センター内 小奴可の里自治振興区
電話/ファクシミリ 5-0057 onukanosato.jp 第295号

夏のカラオケ交流会開催（7月2日）



視察研修参加募集

今年の視察研修は今治市方面です。参加ご希望の方は、7月20日(木)までにお申し込み下さい。募集25人です。

日時 7月25日(火)

研修先 今治市方面

参加費 3,500円(食事付き)

申込締切 7月20日(木)まで

申込先 自治振興区 5-0057

・・おもな行程(変わることがあります)・・

7:10 小奴可自治振興センター(内堀)発

7:20 JA小奴可支店(小奴可)発

10:10 ~ 研修 ~ 昼食 ~ 研修

クリーンセンター・避難所・今治城・産直所ほか

18:10 JA小奴可支店着

18:20 小奴可自治振興センター着



スグです

優勝しました！ 詳しくは次ページへ



ご参加ありがとうございました。
懐かしい歌、新しい歌、にぎやかに。
歌いやすく聴きやすいと大好評でした。

小奴可バレーボールクラブ・優勝！

第35回広島県小学生総合体育大会バレーボール北部予選大会で優勝です。これで県大会への出場が決まりました。広島県の7地区の代表が集まる県大会は福山市のエフピコアリーナが会場。8月13日、優勝目指して頑張ります。応援よろしくをお願いします。

東城ソフトボールナイターリーグ結果

6月27日ナイターリーグの試合結果です。

小奴可アウトA 9-5 市頭ソフトボールクラブ

・散歩でほろか開催中・

かわせみ3・3か月 はんざき6・6か月

①ボーナスポイントのコツ

・お宝ガイドブックから6つを訪ねてみましょう。

・健康寿命セミナーに参加してみましょう。

②「歩数計あるある」(ありがちな現象)

「洗濯した」「出がけに忘れた」「たしかこのへんに置いた」「黄色い大きなストラップを付けた」などが寄せられています。楽しんでみましょう。



重要・県道足立東城線通行止めについて
当路改良工事のため(離合場所4か所)

○日時 7月10日(月)から
9月30日(土)まで

※昼間のみ(8:00~17:00)
全面通行止め。

ただし、日曜日、祝祭日、第2、4土曜日及び盆休み(8月11日~8月16日)は通行可。

○区間

東城町千鳥(長者山工区)長者山橋下

健康寿命を延ばそう！健康寿命セミナー 認知症予防教室

会場：小奴可自治振興センター(内堀)
(しゃくなげの会にて)

時間：午後1時30分から2時50分まで

内容：予防と共生(DVD鑑賞)、

最期まで美味しく食べよう！(講演)

※詳しくは、今回の行政文書の中のチラシをどうぞ

カレンダー	行事	時間	場所	メモ
令和5年7月(感染症対策のため中止になることがあります)				
8日(土)	なでしこの会	13:30~15:00	小奴可自治振興センター	
12日(水)	サロン・しゃくなげの会	13:30~15:00	小奴可自治振興センター	【移動販売車あり】15:00
14日(金)	シルバーリハビリ体操	14:00~15:00	小奴可自治振興センター	
18日(火)	定期移動販売車	11:00~	小奴可自治振興センター	【定期移動販売車あり】11:00
19日(水)	サロン・すみれ会	10:00~11:30	小奴可研修センター	【移動販売車あり】11:30
21日(木)	ひだまりの会	10:00~	千鳥構造改善センター	【移動販売車あり】13:30
22日(土)	青空の会 中止	13:30~15:00	小奴可自治振興センター	中止
25日(火)	シルバーリハビリ体操	14:00~15:00	小奴可自治振興センター	
25日(火)	視察研修		今治市方面へ	
25日(火)	定例役員会	19:00~	小奴可自治振興センター	
毎週水曜	3B体操	10:00~11:30	小奴可自治振興センター	
毎週金曜	未来塾 中学生	金 19時	小奴可自治振興センター	(金) 英語・数学
毎週水曜	未来塾 小学生	水 16:00~	小奴可こども園	
毎週水曜	西城市民病院 移動診療日	14:50~ 小奴可研修センター 15:40~ 小奴可自治振興センター		保険証、お薬手帳、診察券も一緒に