

共和の郷・おだ

広報 第251号

令和6（2024）年10月1日発行

自治組織「共和の郷・おだ」、小田地域センター

739-2207 広島県東広島市河内町小田 2182

TEL : 082-438-0166 ホームページ <http://kyouwanosato-oda.com>

E-mail mail@kyouwanosato-oda.com

検索：共和の郷・おだ

小田地区ウオーキング（歩こう大会） への参加案内（10月27日）

体育健康部は、今年度事業に「小田地区ウオーキング（歩こう大会）」を行います。この大会は、ウオーキングを通じて参加者の健康づくりとコミュニケーションづくりを目的に行います。

コースは、3Km、2Km、1.2Kmの3コースを設定しました。

小学生以下は、保護者同伴でお願いします。

参加者には、参加賞、完歩賞を用意しています。

参加費は無料で、参加してみようと思われる方は、10月10日（木）までに事前に申し込みをお願いします。

申し込みは、代表委員さんが取りまとめられますので組内お誘いあわせのうえ多数の参加をお願いします。

日時：令和6年10月27日（日）雨天の場合は、中止します。

集合場所：小田地域センター グランド

受付開始：8時～ 開会式：8時30分 9：00からスタート

詳細は、組内「小田地区ウオーキング（歩こう大会）開催のご案内」回覧をご確認願います。

自治組織「共和の郷・おだ」体育健康部長 小早川明彦

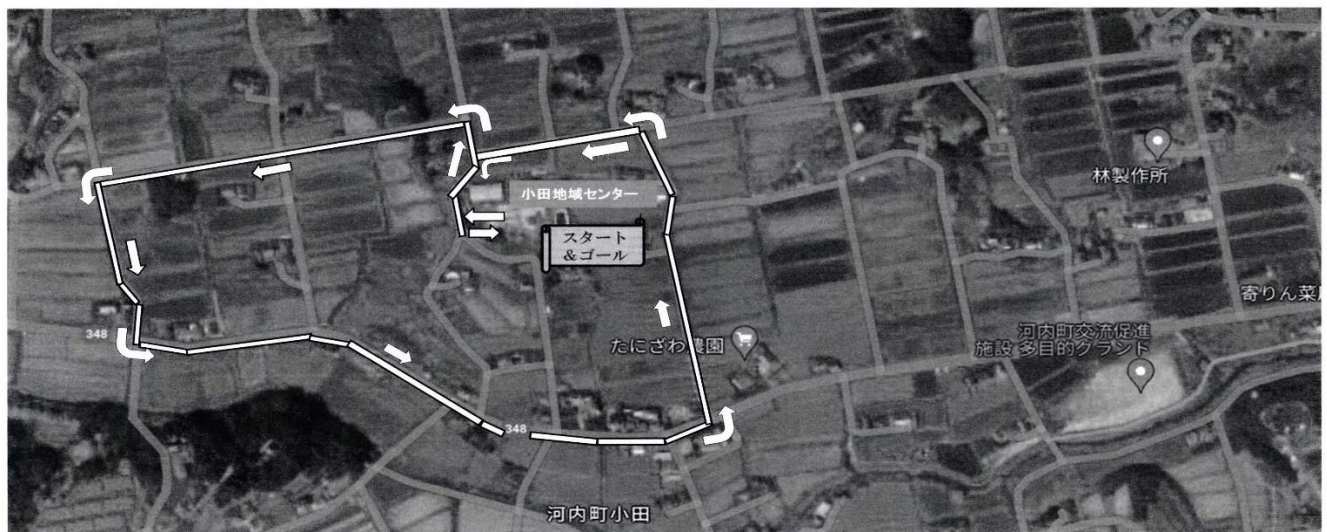
3.0kmコース

歩数 約4,237歩 消費カロリー 158.7kcal



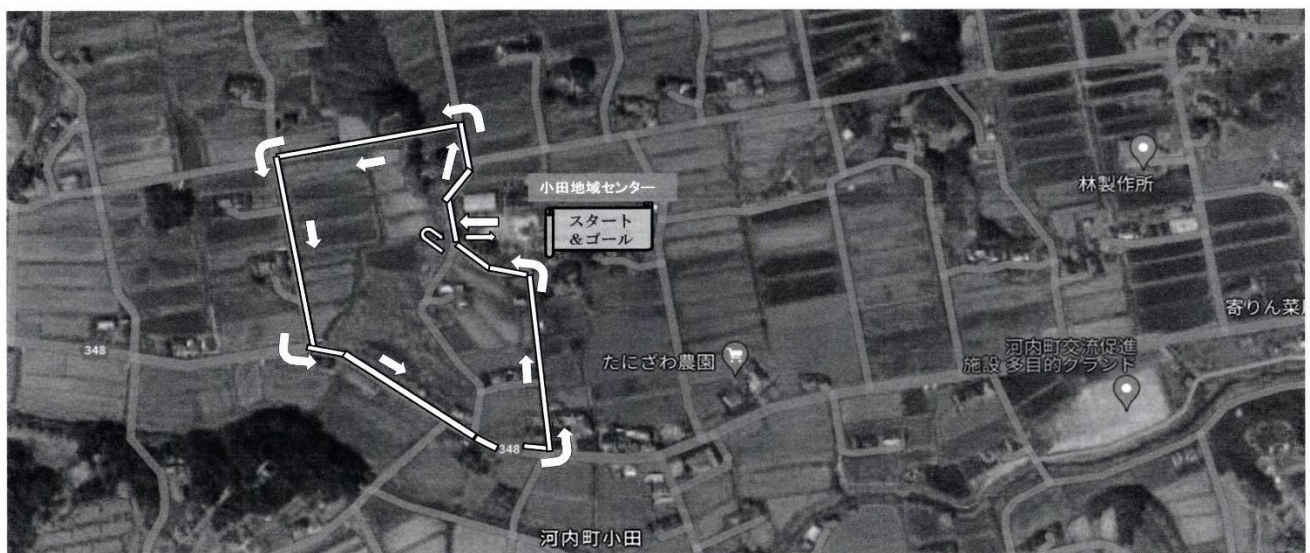
2.0kmコース

歩数 約2,817歩 消費カロリー 108.6kcal



1.2kmコース

歩数 約1646歩 消費カロリー 67.1kcal



小田地域敬老会 記念品発送(9月15日)

敬老を迎えられ 心よりお慶び申し上げます。

記念式典、祝賀会は中止となりましたが、招待敬老者 115 名の皆様にお贈りする記念品の発送を実行委員会が行いました。



記念品発送準備の様子

(自)「共和の郷・おだ」環境福祉部長 林由美子

野菜づくり教室の案内 (10月29日)

講師に、JA ひろしま河内アグリセンター藤井センター長さんをお招きし、秋野菜の栽培管理、追肥のやり方など学習します。

お気軽に参加ください。

日時:令和6年10月29日(火)

13:30~

場所:小田地域センター

※農産物品評会を11月24日開催予定で準備をしています。多数の出品をお願いします。



前回 9/10 教室の様子

自治組織「共和の郷・おだ」農村振興部長村上博富

・こうち寄りん菜屋・小田地域センター

ふれあいいいきいきサロンの報告(9月24日)



今回のサロンは、社協職員鈴木さん、徳崎さんから、新聞紙を素材に新聞エコバックの折り方を習いました。

手先を使うので頭の体操になります。

昼食は、たんぽぽさんの手作り弁当で美味しくいただきました。

次回は、11月26日を予定しています。



多数のお越しをお待ちしています。

(自)「共和の郷・おだ」環境福祉部長林 由美子
・ボランティアグループたんぽぽ

にこにこ百歳体操 毎週水曜日

(10月9日/16日/23日/30日/11月6日ご案内)

年をとると、体力や筋力が落ちて介護が必要になるのは仕方がない」と思っていないですか？ 筋肉は、いくつになっても鍛えることで筋力アップすることができます！

「百歳体操」で脳もからだも元気に！

お気軽に参加ください

とき:令和6年

9日/16日/23日/30日/11月6日

13:30~15:00

※23日は健康づくり教室を行います。

ところ:小田地域センター



にこにこ百歳体操

自宅に眠る なつかしい写真を募集中！

小田みんぞく事始めの会は、来る11月24日開催の生涯学習発表会に向け、記憶を留めるなつかしい、思い出の写真を募集しています。



小田梨共同選果場「廿世紀梨」初出荷風景写真 昭和？

皆さんの家で眠っている写真をもう一度 甦らせましょう。

どのような写真でも結構ですから、ご連絡をいただければ、取に伺います。よろしく願いいたします。

連絡先：秋山勝義 438-0337・携帯 090-2005-1858

小田地域センター438-0166

自治組織「共和の郷・おだ」文化教育部長秋山勝義

小田みんぞく事始めの会

小田写真教室

中国新聞「読者写真入選」

小田写真教室所属の西川邦子さんは中国新聞の読者写真(2024年8月)へ応募され757点の中から見事入選されました。おめでとうございます。

西川邦子 「縁先から」

昨今の猛暑では、閉め切ってエアコンをきかせた室内から出るなど言われますが、ちょっと前まで日本の夏は家中あけ放って風を通して暮らしていました。畑から取って来たスイカを並べ ありあわせのやかんに庭の花を挿し 縁先から家の裏の畑まで風が吹き抜ける涼しい懐かしい日本の風景です。



タイトル 「縁先から」

小田写真教室