

秋晴れが続き、さわやかで過ごしやすい日々が続きます。

皆さんいかがお過ごしでしょうか？

ご家族で、外出や旅行など遠出を計画している方もいらっしゃると思いますが、まだまだコロナウイルス感染の拡大が懸念されています。どうぞ無理をなさらないよう気をつけてお出かけください。



●ふれあい・いきいきサロン（場所：上内田地域学習センター）

10月は、筋力アップ体操。 頭の体操、目の体操、秋のビンゴを楽し



みました。動かないと筋肉が衰えますが、それは目も同じです。意識的に眼球を動かすトレーニングを行います。視野を広げるトレーニングも行うことで、障害物に気がつきやすくなり、転倒予防につながります。



●学童保育



念願の屋根付き屋外遊び場が完成。少々の雨でも遊べます。寝そべったり、おままごとしたり裸足でとても気持ちがいいです！秋の味覚、柿の収穫をしました。おやつの時、加えて食べています！甘くて美味しい！



●グラウンドゴルフ（旧上内田幼稚園跡）10月15日(土)月例会結果

順位	区	氏名	打数	ホールイン1	区	ホールイン1氏名
1	7	三浦まさ子	83	1	4	石川朝江
2	9	小林 豊	85	1	4	角皆由恵
3	1	谷川一二	87	1	1	佐々木あい子
4	4	桜井昌子	88	0		
5	9	鈴木法雄	91	0		



●上内田ゴルフ愛好会 令和4年度第2回ゴルフ大会を10月17日(月)ミオスカントリークラブで実施しました。参加者10名。 第3回は、12月6日(火)菊川ホロンで計画してます。

●地域安全推進活動【通称：青パト】

10月は、11日に推進員の皆さんで学童下校時パトロール実施。5日(水)、21日(金)は推進員の皆さん、夜は13日(木)4区、5区、27日(木)6区、7区の副区長さんと推進員の皆さんでパトロール。異常なし！ご苦労様！



※詐欺電話に気をつけてください！



気になることがあれば、何でも良いのでお知らせ下さい！



電話：22-5253

