

まちづくり協議会だより

上内田地区まちづくり協議会広報部
令和4年11月4日 第68号

かるやか体操

10月12日（水）福祉協議会コミュニティ部による『かるやか体操』が行われました。前半は60cm位の棒を使った棒体操。棒体操だけでも10種類以上のストレッチと筋トレで、簡単な動きなのに5分後には体がポカポカしてきます。後半は数たたきや指折り体操などで脳トレです。間違えても出来なくても、恥ずかしい思いをすることなく笑顔で楽しく行うことができました。

ほとんど椅子に座って行うので、腰や膝の痛い方でも大丈夫です。終了後は、頭も体もすっきり“かるやか”な気分になれたあっという間の一時間でした。

第2・4水曜日 13:30～14:30 上内田生涯学習センターで行われています。気軽に参加されてみてはいかがでしょうか。



幸心のシューマイ

五百済にあるシューマイ屋『幸心』（さちこ）にはもう行きましたか？

幸心のシューマイは店主さんのお母さんの秘伝のレシピで、国産の豚肉、生姜、長ネギを使った手作りのシューマイです。

手作りの温もりを毎日の食卓に、食べて幸せな気持ちになってほしいとの思いを『幸心』という店名に込めたそうです。是非、一度食べてみてください。



裏面もご覧下さい。

王子神社 しめ縄作り

2区五百済地区、王子神社秋の例祭を前に当番の3区前段組氏子のみなさんで10月1日に新しいしめ縄作りが行われました。

鳥居、拝殿、奥の院、お滝、それぞれ大きさの違うものを作ります。世代も年々若返り、作り方を知っている人が少なくなっている中で、色々ベテランに教えてもらいながら作り方を覚えていきます。

今は専門業者に依頼したり、ネットで買うところもあると聞きますが、手作りで後世に伝えていくことも大切だと思います。

11月23日には新嘗祭が執り行われる予定です。



キウイフルーツカントリー Farm Stay Camp

キウイフルーツカントリーの、キウイ畑やお茶畑、森林に隣接した自然あふれるここだけのキャンプ場が10月にオープンしました。

その名も『Farm Stay Camp』マナーを守り静かさを楽しむカッコイイ大人が入ることのできる場所です。

「Nature making us realize」がコンセプト！
自然がいろいろな大切なことを気づかせてくれます。

