

寒さも少しずつ厳しくなり、冬の訪れを感じる頃となりました。皆様いかがお過ごしでしょうか？

コロナウイルス感染もまた拡大し、更にインフルエンザも流行りだしました。懸念される師走となりましたが変わらぬ手洗い・消毒・マスクは必須、心がけましょう！



●ふれあい・いきいきサロン（場所：上内田地域学習センター）

一日中家に閉じこもり、日常的に動かない生活状態が続くと、フレイル（虚弱）が進んでしまう可能性が高まります。ふれあい・いきいきサロンでは、簡単に出来る体操など皆さんで楽しみながら



笑いながら活動してます。寒さが増していく時期に日陰でもよく育つツワブキ、黄色の花はとても見応えがあります。このツワブキの葉で腫れ物の毒素を吸い出したよ！茎できんぴらや天ぷらにもね！とサロンの参加者にいいお話も聞けました。



●学童保育

12月の一輪車パフォーマンスに向けて学童でも一生懸命練習しています。高学年のお兄さんお姉さんからトヨタループや大風車を教えてもらいながら頑張ってます。一年生は、初めての一輪車パフォーマンスに挑んでいます。



●グラウンドゴルフ

第43回上内田グラウンドゴルフ大会結果

順位	区	氏名	打数	ホール イン1	順位	区	氏名	打数	ホール イン1
1	1	谷川一二	80	2	8	7	池ヶ谷 叶	90	0
2	5	鈴木敏子	82	1	9	9	小林 豊	92	0
3	4	桜井昌子	87	2	10	4	菅田 稔	92	0
4	9	鈴木法雄	89	1	外	6	松本泰恵	—	2
5	2	平野ミツ江	89	0					
6	7	岸 秀則	90	0					
7	7	三浦まさ子	90	0					

※三浦まさ子さんが花の苗を持ってきてくれました。



優勝
谷川一二

●地域安全推進活動【通称：青パト】

11月は、2日(水)、18日(金)に推進員の皆さんで学童下校時パトロール実施。

夜は、10日(木)8・9区、24日(木)1・2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！

