

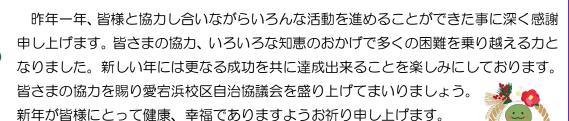
● 浜っ子通信 1 月号

愛宕浜校区自治協議会だより(No.90) 自治協プログ atagohamaic blgspot.c

愛宕浜校区自治協議会

事務局 愛宕浜公民館内 Tel 885-4551 fax 885-4539 令和7年1月1日発行

あけましておめでとうございます。





愛宕浜校区自治協議会役員一同



校区餅つき大会を開催しました!



12月7日(土)愛宕浜公民館にて餅つき大会が催されまし た。さほど寒くもなくお天気にも恵まれ約 230 名の参加者で した。公民館駐車場に設置された手作りのかまどに火を入れ、 湯を沸かし、餅米を蒸して、杵でつくという昔ながらの方法で実 施されました。この作業はおやじの会、姪浜中学野球部、バレ 一部、社協委員、ボランティア校区住民の皆さんです。











つきあがったお餅を素早く講堂に運び、餅丸め隊の社協委員、ボランティア校区住民で丸餅、あんこ 餅にしました。外では参加してくれた子ども達と保護者の方々が賑やかに餅を丸め、ふるまい餅をお いしくいただきました。ふるまい餅は、きな粉、大根おろし、のり醤油、柚子胡椒味とどれも大好評で した。年々なくなっていく 12 月の風物詩の餅つきを初めて見る子ども達もいました。愛宕浜校区で は地域の多くの方々の協力で餅つき大会が続いています。ぜひ一度見に来ませんか?

(主催:社会福祉協議会)

下期ウォーキング大会開催報告

去る11月11日(月)、愛宕浜校区老ク連主催の下期ウォーキング大会が開催されまし た。参加者はマリナタウンシニア会が15名、虹の会が16名、マリナ会が11名の計42 名でした。コースはAコース(45分)、Bコース(30分)に分かれて日頃の健脚を発揮し て全員完歩しました。

「足は第2の心臓と言われてます」因みに男性の平均寿命は81.5歳、健康寿命は72.6歳 で不健康な期間は8.9年、女性の平均寿命は86.9歳、健康寿命は75.5歳で不健康な期間 は 11.4 年だそうです。この不健康な期間を短縮するには毎日6千歩を歩けば健康寿命を延 ばすことができるようです。 (主催: 老人クラブ連合会)







ウォークラリー2024 のご案内

開催日:令和7年2月9日(日)9時~13時(少雨決行)

スタート場所:愛宕浜公民館

事前に申し込みが必要です!



(注) *子どもだけ(小学生以下)の参加はできません *代表者を含め2~5名のグループで申し込んでください

(主催:体育振興会)



1月の主な行事予定



	事業(場所)	主催
9(木)	ふれあいカフェ(公民館)	社会福祉協議会
13(月)	サロン詩(老人いこいの家)	社会福祉協議会
//	アーベイン姪浜サロン(アーベイン姪浜)	社会福祉協議会
21(火)	ふれあいサロンよかトレ(リベーラガーデン)	社会福祉協議会