



向山町内報

11月号

令和2年11月1日
発行

向こう三軒両隣り

発行責任者/鈴木 完一
編集責任者/堤 和子

2020 グランドゴルフ大会!



2020/10/18

会長あいさつ

向山町内会長 鈴木 完一

▼「またぞろ」という言葉があります。コロナ蔓延の中、その生活に徐々に慣れつつあるのかなあと感じる昨今ではありますが、つい先日弘前市でクラスターが発生しました。まさにコロナが身近に迫ってきたというニュースであります。▼ということは、「またぞろ」などと言って安易にコロナ蔓延に慣れてはいけませんよ!と警鐘を鳴らされたような気がいたします。▼ここは一段と気を引き締めてコロナ対策に万全を期したいと思っています次第であります。手洗い、マスク着用、ソーシャルディスタンスの徹底などこれまで培ってきた知見に基づいて、粛々と淡々に3密を避けて生活することが求められていると思います。▼また、このクラスター発生は色々なイベント開催への影響が懸念されます。全国的にも感染者数の高止まり状態から、ここ2、3日では更なる再拡大も懸念される事態となってきました。▼これから先に予定している町内会の行事についても、県や町の動静を見守りながら慎重にその開催可否について判断していきたくと思っています。▼少々後ろ向きな発信になるかも知れませんが、おさキャンペーン、おさナイトなどと浮かれている場合ではないと思う次第であります。▼いずれにしても、「すぐには元の生活に戻ることはない」ということを肝に銘じながら日々の生活に勤んでいきたいと思っています次第であります。

ふれあいいきいきサロン

第3回 ミニ・お楽しみ会 無事終了

【10/22(木)/14人参加】

今回は、プラ板でストラップ作りを体験！
15 cm×8 cm位のプラスチックの板に、それぞれ好きな模様や名前を書いてオーブントースターで加熱し、圧縮することによって約1/6の大きさの作品が完成します。

参加者から、「大義だな～と思っていたけど参加して良かった」「自分が作った作品は、どんな出来でも嬉しい」「思ったより上手に出来た」等の嬉しい声が聞けました。

初めての体験は、何ものにも代えがたい大きな収穫があると実感しました。



女性部 「ハイキング」実施しました (10/11)6人参加

夜からの雨で心配しましたが、朝方から空が明るくなり、天気に応援されて出発しました。

秋の風景を楽しみながら地面を踏みしめ、片道1時間をかけて「本村ふれあい公園」に到着。

少し汗をかいた後の水分補給は最高！爽やかな空気を吸い一息つきました。

帰りは野花を摘みながら自然を満喫しました。



集会所に帰着後、豚汁でお腹を満たし、少し身体を動かすゲームを楽しみました。少人数ではありますが有意義な1日を過ごしました。



コロナについて

県内のコロナ感染者が急増しています。これまで同様「手洗い」「マスク」「三密回避」をあらためて徹底していきましょう。

今後の、いきいきサロンなどの行事についても、その都度、検討しながら進めていきたいと考えています。

ご理解とご協力をお願いします。

神社の桜の木にお別れ



病気のため伐採が予定されていた桜の木の仕事が10月に始まりました。桜の伐採は、植樹当時から知っている方にとっては、とても感慨深いものがあったことと思います。長い歴史にあらためて感謝いたします。今後も、神社の環境整備に気を配っていききたいと考えています。皆様のご協力をお願いいたします。

ご協力をお願いします

女性部

集会所大掃除 実施します

11月29日(日) 9時30分～



女性部では、毎年集会所の大掃除を実施しています。今年の汚れを払い、新しい年を迎えるためにみなさんのお手伝いをよろしくお願いします。

(それぞれ、必要と思うものを持参ください)

寒い時期になります。温かくしてお手伝いください

特殊サギに注意！ 知らない相手からの電話や迷惑メールには応じない！



◆TV や新聞などのニュースにもアンテナを張って 悪徳サギから身を守りましょう！



寒い晩秋に
向けて
心がけて!

■火の用心■

寒さが日ごと深まってきます。反射ストーブやたばこ、ガスの元栓など火の元に注意しましょう。

■日暮れが早いです■

歩行者は、明るい色の服装、反射材・ライトの携行を心がけましょう。

車は、早めのライト点灯で相手に知らせましょう。

■栄養と保温■

風邪を引きやすい季節になります。気候に合わせて服装の調節をし、食事は、野菜を多めにバランスを心がけましょう

■家族や地域で支え合おう■

人との交流はとても大事です。行動が制限されていますが気をつけながら、家族・友人・ご近所…と連絡を取りながら意識して交流しましょう。



第3回 向山町内会 グランドゴルフ大会

が開催されました

空高くスポーツ日和の10/18(日)、グランドゴルフ大会が開催され 17人が心地よい汗を流しました。自粛ムードの中でしたが、屋外でのゲームとあって大会参加に意欲をみせていました。

ゲーム中、お互いを鼓舞するかけ声と玉を打つ音がスコーン!と気持ちよく響きました。

青い空の清々しさと皆さんの笑顔に、ギャラリーも楽しめた一時でした。

◆おめでとうございます◆

順位	男性チーム	女性チーム	ホールインワン賞
優勝	池上 宜春	堤 トヨ	松林 康正
2位	木村 敏男	成田 いつ子	堤 トヨ
3位	大久保 忠	大久保 千代	成田 いつ子



祝・敬老

今年は敬老会を開催できませんでしたが、お祝いの記念品を下記対象者全員に無事お届けさせて頂きました。

◎75歳以上の方

◎70歳古希の方(向山町内会独自)

♥訪問の際は快く対応くださりありがとうございました。

■ ■ ■ これからも コロナ防止対策を ■ ■ ■



マスクの着用



- * コロナ禍だ 軍事費減らし 医療費に
- * 世界中 マスクだらけの 異様感
- * 対面は アクリル板で 隔てられ
- * 自宅にて 暮らす老後の 計画を
- * 秋晴れを 首伸ばし待つ コンバイン
- * 秋だから いいえ年中 食べ盛り
- * 胃カメラに うっかり飲んだ 梅の種
- * 主婦職は いつも残業 ばかりなり
- * 非難ウズ 紳士と思えぬ 討論会
- * 対立は 文明の岐路 協調へ
- * 核保持で 勝者など無い 皆気付け
- * 天高く 稲穂とトンボ 里の秋
- * 老年は 積んだ経験 宝物
- * 灰色も 心ひとつで バラ色に
- * 楽すれば 苦という土産 どっさり
- * 九歳の 孫に教わる スマホかな
- * 庶民の 味が遠のく 烏賊・秋刀魚
- * 久しぶり 歩いてみたら 筋肉痛
- * 里帰り しない理由が コロナ禍で
- * 温暖化 そろそろ買うか クーラーを
- * 降りてこい 頭抱えて その一句
- * ごめんなさい 素直に言えない 時もある
- * 秋明を SNSで する時代
- * 寝る前に 川柳考え 朝忘れ





旬の味覚 《白菜》

●白菜はほとんどが水分で、他の野菜に比べても特に多く含まれる。また、カリウムやカルシウムなどのミネラルが豊富です。白菜に含まれるビタミン類の量は、それほど多くはありませんがバランスよく含んでいる野菜だといえます。

《白菜の塩昆布和え》

- 作り方 ①白菜400～500gを1cmの幅に切って、塩小さじ1を振りもみ込む。(10分程おく)
- ②塩昆布:30g、ごま油:大さじ1、白いりごま:大さじ1、ニンニク:お好みで
- ③白菜がなじんだら、②の調味料を全部加えて混ぜ合わせる。

※味をみて塩分を加減してください

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 文化の日	4	5	6	7
	川柳サークル 13:30～集会所		【資源ごみ】 缶・プラスチック	【燃えるゴミ】 体操サークル 10:00～「集会所」		マージャンの会 9:30～「集会所」
8	9	10	11	12	13	14
	【燃えるゴミ】		【資源ごみ】 紙	【燃えるゴミ】 体操サークル 10:00～「集会所」		マージャンの会 9:30～「集会所」
15 神社ご縁日	16	17	18	19	20	21
	【燃えるゴミ】		【資源ごみ】 プラスチック いきいきサロン 10:00～	【燃えるゴミ】 体操サークル 10:00～「集会所」		マージャンの会 9:30～「集会所」
22	23 勤労感謝の日	24	25	26	27	28
	【燃えるゴミ】	燃えないゴミ	【資源ごみ】 びん	【燃えるゴミ】 体操サークル 10:00～「集会所」		マージャンの会 9:30～「集会所」
29	30	29	30	1	2	3
女性部 集会所大掃除 9:30～	【燃えるゴミ】					

ポポの実



体操サークル再開!

待ってま～す♪



しばらくお休みしていた
体操サークルの活動が
再開されます。
どなたでも参加できます。
気軽に、ご参加ください。

《第4回 いきいきサロン》

11/18(木) 10:00～

- 集会所での会食はありません
- お持ち帰りとなります

【編集後記】

皆さん「ポポ」という果実をご存じですか？先日、女性部のハイキング時に参加者からいただきました。全員が、生まれて初めて味わったポポ。その美味しさは、まさにほっぺたが落ちそうな衝撃でした。調べてみると、ポポは、1940年までは日本でも多く栽培されていたそうです。しかし、実が熟してから7日ほどしか日持ちしないことなどで次第に姿を消していき「幻の果実」と呼ばれているそうです。リンゴやバナナと同じくらい栄養価が高いことから「森のカスタードクリーム」と呼ばれ、花言葉は「健康」それだけ栄養価が高いということです。(感激)



集会所の利用について

◎清掃◎ガスの元栓◎暖房◎換気扇◎電気◎戸締まり等の確認を徹底し、消し忘れ、閉め忘れのないようご注意ください。



集会所ご利用の際は、お気軽にお問い合わせ下さい

(鈴木会長) ☎ 090-7938-9258