

体験講座「料理教室」を開催しました。 11月 9 日(金)

メタボの予防・改善の食事

メニュー

- ・ 生姜ごはん
- ・ なすとエリンギのピリ辛肉巻き
- ・ かぼちゃの塩麹煮
- ・ 大豆とひじきのサラダ
- ・ とろろ昆布入り大根味噌汁



管理栄養士の今川講師のメニューも大変すばらしく、参加された皆さんもベテラン主婦のため、30 分近く早く料理が出来上がり楽しみながら美味しくいただきました。2 月に 2 回目の講座を予定していますのでご参加ください。

双 鷺 洲

鷺浦コミュニティセンターだより

みんなで楽しく
生涯学習

元気さぎしま協議会

県立広島大学と健康測定交流会

・とき 11月 3 日(土)

・ところ さぎしまセミナーハウス

健康づくり班(2班) 学生32名・住民30名が参加



体力測定をする皆さん



楽しく交流会をしました

ひろしまフードフェスティバルに出店しました

・とき 10月27日(土) ・ところ 広島城周辺

さぎしまブランドづくり班(3班)

10 月 27 日(土)「地産地消」をテーマに、広島県内の名産・特産品を一堂に集めた食の祭典に、さぎしまブランドづくり班(3 班)は「さぎしま焼き たこ・わけぎ・じゃが」のお好み焼きを、物産部会はさぎしまの特産品を販売しました。



さぎしま焼きを販売しました



特産品を販売しました

広島・ニュージーランド友好協会

須ノ上グラウンドゴルフ場に植樹

11 月 3 日(土)広島・ニュージーランド友好協会の皆さんと、須ノ上グラウンドゴルフ愛好会の皆さんとで、サザンカ 8 本・キンモクセイ 2 本・ギンモクセイ 5 本・カイズカ 2 本を記念植樹しました。友好の森として大きく育ててほしいものです。



記念植樹する友好協会の皆さん

三原浮城まつり

・とき 11月 4 日(日) ・ところ 三原港周辺



さぎしま焼き たこ・わけぎ・じゃがを販売しました



トライアスロンさぎしま大会 臨時役員会開催

2017 年(平成29年)まで継続方針

11 月 16 日(金)臨時役員会が開催されました。平成 22 年 11 月の臨時役員会で「2 年おきに見直しをしながら出来る限り存続させていく」との方針により、24 回・25 回大会まで継続することを決定しました。今回の臨時役員会で継続について話し合った結果、「島の活性化に貢献している」「参加選手や島外からのボランティアも増えている」など前向きな意見が多く、5 年後の第 28 回大会まで継続することを確認しました。この方針については、来年開催される第 24 回大会の実行委員会で報告し協議を行う予定です。



臨時役員会

第16回 さぎっ子祭

11 月 18 日(日)幼稚園・小学校の学習発表会、第 16 回さぎっ子祭が開催されました。園児 3 名・全校児童 14 名が多くの演技に挑戦し一生懸命頑張りました。とても素晴らしく会場の皆さんも温かい声援を送っていました。



劇 幼稚園(全員)



劇 1・2・3・4 年生



劇 わかば学級・5・6 年生



太鼓 小学校(全員)

第8回三原市長旗ゲートボール選手権大会

10 月 18 日(木)第 8 回三原市長旗ゲートボール選手権大会が三原運動公園において、市内 12 地区から 29 チームが出場して開催されました。鷺浦地区から出場の佐木しらさぎ A チームが 3 位に入賞しました。日頃の練習で頑張った成果です。選手の皆さんお疲れさまでした。



- ・ 出場選手の皆さん
- 西原 弘さん
- 大谷善次郎さん
- 力石冠治さん
- 西原 功さん
- 中原達起さん
- 堀本善行さん
- 新開 稔さん

第12回町内ビーチボールバレー大会

11 月 4 日(日)第 12 回町内ビーチボールバレー大会が鷺浦小学校体育館で開催されました。男子 4 チーム・女子 3 チームで熱戦を繰り広げた結果、成績はつぎのとおりです。

- 男子 優勝 向田 A
- 準優勝 はるみ (須ノ上)
- 3 位 佐木
- 女子 優勝 SAG 30,5
- 準優勝 なぞなぞ
- 3 位 はれひめ (須ノ上)



地域集団健診

10 月 2 日(火)地域集団健診が鷺浦コミュニティセンターでおこなわれ、今年は 28 名の皆さんが受診されました。生活習慣病の予防、がんの早期発見のためにも、年 1 回健康診査を受けましょう。



俳句・短歌

- 行き返へり 候補者名や 秋の風
- 秋風が身に沁みてきた 民主党
- あかんたれ
- 主なき 山に蜜柑の たわわなる
- すずなりの 実をつけ柿の 仁王立ち
- ぶんか
- 若き日の面影失せてヨタヨタと
- 小腰屈めた知人見かける
- 馬越えを暮色漂う西の端に
- 見事な落日真赤に燃えて
- 牡丹
- 近いうちついに決断三月余も
- みじきよ
- 馬鹿正直と我ほめ解散
- さぎっ子祭弁論俳句琴太鼓
- 目に涙したお上手でした
- D 生