



# 藤の里だより 11月号

発行者 藤本地区コミュニティ協議会  
TEL・FAX 38-1080



## 《相撲場解体作業風景》



相撲場解体作業をアザミ産業さんが行ってくれました。  
工事に取り掛かる前に自治会長と関係者に集まってもらいお祓いをしてから  
作業に入っていただきました。  
あっという間に解体作業も終わり景色が殺風景になりました。  
さみしい気持ちもありますが、新たに藤棚ができるのが楽しみです✧



## 《七福神岩草払い作業》



11月16日(日)七福神岩周辺を親和会の皆様に草払い作業をしていただきました  
天気にも恵まれ作業する皆さんには足元に注意を払ってもらい  
無事怪我なく終わりました。ご協力いただいたみなさんありがとうございました。



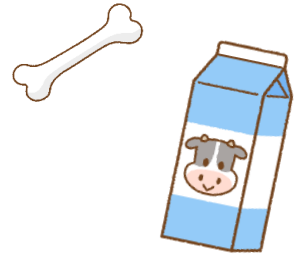
# 《にこにこクラブ・長寿会合同》



今月は、にこにこクラブと長寿会合同で岩下牛乳さんをお願いをして健康サロン教室を行いました。骨密度測定をし結果に一喜一憂♪骨とカルシウムのDVDを観て骨について学び骨は生活を通して生まれ変わるという事を知りました。



骨を丈夫にする三大原則も教えてもらいました。  
 食事⇒バランスのとれたもの  
 運動⇒かかと落としなど  
 日光浴⇒1日に1～2分でも良い



最後に体を使ってゲーチャキパーをし笑いの絶えない時間をすごしました。

**おらせ**

門松カードの販売について 1組(2枚セット)30円です。  
 ※本年度、価格改定がありました。  
 令和7年12月1日(月)～12月26日(金)の期間  
 コミセンまでお願いします。



12月行事予定



- |                    |        |
|--------------------|--------|
| 1日(月) : 肺がん検診      | 9:00～  |
| 7日(日) : ふるさと樋脇再発見  | 10:00～ |
| 10日(水) : コミ協運営委員会  | 19:00～ |
| 12日(金) : 藤本にこにこクラブ | 13:30～ |
| 25日(木) : いやしのカフェ藤本 | 13:30～ |
| 26日(金) : 御用納め      |        |



樋脇支部ペタンク大会で優勝☆  
 おめでとうございます!