



# ふくらの

発行:倉野地区コミュニティ協議会

電話0996-37-3233



県指定無形民俗文化財「奴踊り」

倉野磨崖仏  
梵字(オーンク)

## 地区の話題



薩摩川内市の小学校跡地利活用事業により、共に学び、共に遊んだ、地区の憩いの場、旧倉野小学校最後の清掃作業となりました。お疲れ様でした。

11月5日、旧倉野小学校清掃



食事量や栄養バランスに注意して、低栄養にならない食生活を



3つ以上当てはまる場合、  
低栄養である可能性があります。

- 1日に食べるのは2食以下、全く食べないこともある
- 主食や主菜を食べる量が減ってきた
- 野菜や果物をほとんど食べない
- 牛乳を飲んだり、乳製品を食べていない
- 毎日一人で食事をしている
- 歯や飲み込みに問題がある
- 食べる楽しみを感じない
- 食事の買い物にあまり出かかない
- 運動不足になっている
- うつ病や認知症になっている



食べて  
ますか？



動いて  
ますか？



合唱、講師による栄養等について・・・

11月7日、ふれあいサロン



# 地区の話題Ⅱ



ゴミ袋50枚頂きました。  
皆さんも頑張っネ😊

優勝者・・・堂前 ソミさん



60名のプレイヤーによる熱戦が繰り広げられ・・・  
個人優勝者・・・堂前 ソミさん(19打数)  
自治会賞・・・1位倉野上A、2位倉野上B、3位笹嶺、4位木下  
11月6日、自治会対抗グラウンドゴルフ大会



倉野地区季節の流れ・・・!!

# お知らせ

## 農村公園清掃作業

日時 12月3日(土曜日)、午前8時、集合場所 コミセン

薩摩川内市との清掃作業委託・・・年4回、4回目の実施

コミ主催 介護予防元気度アップ ポイント付与

## 稲穂神社清掃作業

担当、倉野上自治会

日時 12月11日(日曜日)、午前8時、集合場所 稲穂神社

## 門松作り、諏訪神社清掃作業

日時 12月18日(日曜日)、午前8時、集合場所 コミセン

皆様方のご協力をお願いいたします。

## 2022年12月 行事予定

12月3日	土曜日	農村公園清掃作業	8時00分～	集合場所、コミセン
	土曜日	稲穂会(定例会)	18時00分～	コミセン
12月5日	月曜日	ふれあいサロン	10時00分～	コミセン
12月10日	土曜日	ひまわり会(グラウンドゴルフ)	10時00分～	旧倉野小学校
		運営委員会	18時00分～	コミセン
12月11日	日曜日	稲穂神社清掃作業(倉野上自治会)	8時00分～	稲穂神社
12月15日	木曜日	ハート&スマイル教室	13時30分～	コミセン
12月18日	日曜日	門松作り、諏訪神社清掃作業	8時00分～	集合場所、コミセン
		女性部会(フラワーアレンジメント)	14時00分～	コミセン
12月24日	土曜日	ひまわり会(グラウンドゴルフ)	10時00分～	旧倉野小学校