

す・とうぶだより

2022-11月号



(10月16日柳生マルシェにて)

皆さま、こんにちは。地域おこし協力隊の若井です。

空き家の調査も半分を過ぎました。みなさまのご協力により、トラブルもなく順調に進んでいます。現地調査は年末まで続きます。引き続きよろしくお願ひします。

さて、秋から冬にかけて、おいしい物がたくさんできますね。楽しみです。10月16日に柳生で開催された柳生マルシェでも、いろんな野菜が並んでいました。先日シカ肉を食べました。秋はジビエ料理の季節ですね。

個人的には、着任の1年間は新しい環境での生活に慣れるのに一杯でしたので、この秋からは休日を利用して、紅葉になる東部地域のおすすすめスポットを周ったり、少しずつ奈良の観光地を巡ってみたいと思います。

地域おこし協力隊からのお知らせ

【空き家等の現地調査】

11月 1 週目…東里

2 週目…柳生

3 週目…大柳生

4 週目…狭川・柳生

5 週目…田原

引き続き、みなさまのご理解とご協力を願ひします。(若井)

【公民館で身体メンテナンス】

音楽に合わせて楽しく動き、その後はのんびりストレッチをします。身体のリフレッシュをしませんか？

内容 ①しっかり動く時間「60分」

(リズム体操・太極舞など 有酸素運動)

②ゆったりほぐす時間「30分」

持物 運動靴(室内用)
スポーツタオル2枚
マスク・飲み物

日時

※田原公民館※

11月9日(水)、30日(水)

時間 13時30分～15時
定員 20名(申込不要)

※柳生公民館※

11月22日(火)、29日(火)

時間 9時30分～11時
定員 10名(申込不要)

(寺尾)

【オンライン介護予防教室】

毎週、地域のみなさまを対象に、オンラインでの介護予防教室を行っています。音楽に合わせて身体を動かしたり、認知症予防として「2つのことを同時に言う」「左右で違う動きをする」といった普段慣れない動きで脳に効果的な刺激を与える運動を行っています。どなたでもご参加可能です。参加希望の方は地域おこし協力隊事務所(93-0178)もしくは、コチラの二次元コードをご参照ください。

【11月の開催予定】

11月10日(木)、17日(木)、24日(木)

時間 13時30分～14時30分
定員 なし (寺尾)



阪原コスモス祭に参加(10月16日)

地域おこし協力隊の寺尾です。1年前に協力隊になり、初めて参加したイベントです。「さつまいも掘り体験」の受付係を担当しました。

当日は気持ちの良い秋晴れ。お祭り日和。朝早くからたくさんのお客様がお越しになりました。あつという間に体験受付終了。さつまいもを楽しく掘るお客様を見てると私も嬉しくなり、テンションがあがってしまいました。そしてお客様との交流から、元気をいただきました。とても楽しい時間でした。

あたたかく迎えてくださったコスモス祭スタッフの皆様、大変お世話になりました。ありがとうございます。また来年もよろしくお願ひします。