

す・とうぶだより

2022-10月号



皆さまこんにちは。

今月も引き続き、空き家調査で空き家を一軒ずつ見て回っています。

その際、近所の方にお話を伺うようにしています。地図を広げて教えてくださる方や、家にながらお話を聞かせていただける方もいらつしやいます。少しずつ地域ごとの様子も分かるようになってきました。

空き家調査と並行して、8月1日以降、空き家を探している方(移住希望者)4人とお会いできました。皆さま、東部地域の自然と、市街地へ車で30分程度で行けることに魅力を感じておられます。早く両者を繋ぐ懸け橋になりたいと節に願っています。

また、稲刈りも終わり、新米をかまどで炊いて仲間と一緒においしくいただきました。放置されていたかまどをDIY活動で修復して使っています。(写真)

(若井)

おしらせ

【空き家等の現地調査】

10月 2週目：柳生(10月3日)

3週目：東里

4週目：狭川・田原

5週目：柳生

6週目：大柳生

引き続き、みなさまのご理解とご協力をお願いします。(若井)

【公民館で身体メンテナンス】

内容 ①しつかり動く時間[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]

(タオルストレッチ)

持物

運動靴(室内用)

スポーツタオル2枚

日時

△田原公民館△

10月5日(水)、12日(水)、

19日(水)

時間 13時30分～15時

定員 20名(申込不要)

△柳生公民館△

10月18日(火)、25日(火)

時間 9時30分～11時

定員 10名(申込不要)

(寺尾)

公民館で実施している身体メンテナンスについて

6月から田原公民館で実施していますが、これから参加を検討いただいている方の参考になればと思い、Q&Aをまとめました。ご一読いただき、お気軽にご参加ください。

Q、しつかり動く時間は何をやるの？

A、60分の有酸素運動です。「リズム体操」は、その場で歩くことから、簡単なステップを繰り返して動いていきます。曲数は15曲くらい。

「太極舞」は、太極拳の動きを踊りに変換。音楽に癒されて楽しんでください。曲数は6曲くらい。

当日のプログラムはご参加の皆さまと相談して決めていきます。動きについていけないか不安です。

A、見よう見真似で大丈夫です。なんとなく大丈夫！完璧を目指さないで、少しずつ動きに慣れていきましよう。デイスコ？のようにみんなと一緒に踊りましよう。

A、椅子参加でも大丈夫ですか？

椅子に座った動きも可能です。

Q、30分のストレッチだけでも参加したい。

A、途中参加も大歓迎です！レッスンの開始の1時間後がストレッチの時間です。

(寺尾)

こちら奈良市

東部出張所です

第62号

令和4年10月1日

未来のために今できること

編集・発行
奈良市東部出張所
奈良市大柳生町4735
TEL 93-0001
FAX 93-0061

こんにちは。東部出張所所長補佐の藤原卓二です。

今月10日は「スポーツの日」ですが、10月10日と言えばやはり「体育の日」と思いがちな昭和生まれの方も多いのではないのでしょうか？わたしもその一人ですが…

「体育の日」は1964年に開催された東京オリンピックの開会式10月10日にちなみ、1966年国民の祝日として制定されました。その後2000年に「ハッピーマンデー制度」導入により10日から10月の第2月曜日になり、2020年には名称が「スポーツの日」に変更されました。スポーツが本来持っている「娯楽」「レクリエーション」という意味に、教育的意味合いの強い「体育」という言葉がそぐわないと取り沙汰される昨今、時代の流れとして、名称の変更は自然なのかもしれませんね。

さて、出張所の地域おこし協力隊員2名も着任し1年が経ち、精力的にミッションである「地域の高齢者の見守り活動」、「奈良市東部地域の観光素材強化及び新しい魅力“の開発活動」、「SNS等を利用した地域の魅力発信活動」、「空き家対策・移住定住促進活動」を進めています。現在の詳しい活動内容については表面の「す・とうぶだより」でお伝えしておりますのでご覧ください。

また、8月19日から9月16日までの毎週金曜日に奈良市ならまちセンターで開催しておりました「Tobu高原マルシェ2022」は多くの来場者に東部地域の「うまい・安い・新鮮」な野菜や草もちなどの加工品を満喫していただけたと思います。地域の

皆様におかれましては、どうか今後とも引き続き本事業を暖かく見守っていただき、ご支援、ご協力をいただきますようお願いいたします。

下期の「奈良さとやま民泊ツアー」のご案内について

上半期に実施した「奈良さとやま民泊ツアー」を、下半期も奈良市と旅行会社の有限会社オクダが連携して実施します。

下半期のツアーの募集に先立ち、先行して本目のツアーをご案内します。

「ツアー名」

奈良の秋を五感で味わう

「さつまいも収穫&かまど料理」体験

古民家での田舎体験を行います。さとやまのみのりの秋をお楽しみいただけます。また昼食は、日本の伝統文化のおくどさん（かまど）を使ったごはん作り体験を予定しています。

◆日程…10月10日（月・祝）

◆集合…10時15分 現地集合

◆場所…おばあちゃんち（奈良市阪原町）

◆内容…集合→昼食準備（米洗い等）→さつまいも堀体験→昼食作り体験（かまどでさつまいもご飯等）→昼食→14時15分頃から食事の片付けその後自由解散

◆旅行代金…3,600円（税込み）

◆募集人員…8名

◆最少催行人員…3名

◆問合せ…有限会社オクダ奈良支店（050-543817276）※担当者直通

ツアーの詳細や旅行条件等をこちらからご確認のうえお申込みください。



奈良市 HP

なお、下半期の「奈良さとやま民泊ツアー」は、ものづくり体験や収穫体験、歴史的な名所巡り、ハイクングなどのツアーを実施予定です。内容が決まり次第ご案内します。

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、マスク着用や手指消毒、参加前の検温等の対策を講じてツアーを実施します。



※こちらに掲載の情報は編集の都合上、9月15日現在のものになります。