



土肥サマーフェスティバル

土肥・小土肥地域づくり協議会 地域づくりかわら版

みんなで作ろう！笑顔溢れる土肥の里

Vol.34

2024.8発行

編集発行

土肥・小土肥

地域づくり協議会

広報部会長 古知

090-1989-0723



いきいきライフ部会イベントご案内



健康講座②（災害後の生活に備えよう!!）

参加自由!

身近で起こる災害に関心が高まっています。今回は災害対策として、平時から災害後の生活に備えたい事や簡易トイレの作り方、そしてエコノミークラス症候群予防の体操を皆さんと学びます。皆様、お誘い合わせてご参加下さい。

日時 2024年9月20日(金)
10:00~11:00

場所 土肥支所4階集会室

講師 なす さとのり
那須 識徳氏

(中伊豆リハビリテーションセンター作業療法士)



気を付けてね



エコノミークラス症候群に

クッキング教室①（簡単なおやつづくり）

参加者募集!

身近な道具(フライパン・蒸し器)を使って、手作りナンと蒸しパンを作ります。

日時 2024年10月17日(木) 9:00~11:00

場所 土肥支所5階 調理室

講師 大谷 由美子氏(手作り教室 Cocotto 修善寺在住)

内容 メニュー(ナン 蒸しパン2種 ゼリー)

参加費 700円(持ち帰りあり)

募集人数 12名(先着順)

服装 エプロン 三角巾 マスク

持ち物 台拭き ふきん 水分補給用飲み物 持ち帰り用箱等

募集期間 9月4日(水)~9月8日(日)

申込み先 大木 TEL 090-7613-1123(9時~12時)



部会事業報告

6/29 土肥中央農道クリーン作戦実施!! 【環境整備部会】福室長二部会長

地域づくり協議会関係者、小土肥地区有志の皆さん16名にて今年度1回目のクリーン作戦を実施しました。ご参加の皆さん暑い中、ご苦労さまでした。



【作業中】



【完 成】

7/13 旧土肥小学校交流イベント開催!! 【旧土肥小学校活用部会】

第3回卓球大会／二胡演奏／フラダンス／歌声サロン（勝呂和史部会長）

イベントは卓球大会でスタートし、勝呂崇史さんの「二胡演奏」、ラーハーラウ土肥の「フラダンス」、「歌声サロン」と続き賑やかな楽しいひと時を過ごしました。卓球大会は前回よりもスケールアップし激しいバトルを展開、一打一打に歓声が沸き上がりました。優勝のヨアンさんは大会2連覇を達成しました！



熱戦の第3回卓球大会



勝呂崇史さん二胡演奏



歌声サロン



1位～4位入賞者



ラーハーラウ土肥のフラダンス



いきいきライフ部会(旧女性部会) 講座開催報告 大木妙子部会長

6/14 健康講座① めんぼーくん第3弾!

今年度も健康講座が始まり、めんぼーくんと35名の参加者と大声で笑ったり、ゲームをして脳をいっぱい刺激し、楽しい時間を過ごしました。また能登の被災地に行かれ、気遣うことや「応援しているよ」の声掛け等の大切さを話されました。最後にいつも「絵本の読み聞かせ」をしてくれます。遊び心が感じられる本です。

図書館等で探してみてくださいね！



めんぼーくん 河合孝彦講師

7/24 アロマスプレーづくり教室!!



今回は8つの香りを自分の好きな順に並べ、嗅覚反応分析結果から改善アドバイスを講師の新田さんから聞き、体調に合わせたアロマを調合して自分だけのアロマスプレーを作りました。「自分の生活に香りを取り入れてみたい」「じっくり香りを嗅ぎたかった」「心と体のバランスや気持ちにゆとりが大切ですね」等の感想が聞かれました。



癒し