

## 二十歳を祝う会

2022年4月から成年年齢が20歳から18歳に引き下げられましたが豊岡市ではこれまでどおり、当該年度に20歳を迎える方を対象として「二十歳を祝う会」を開催しました。

竹野南地区の皆さん、新年明けましておめでとうございます。  
今年度、二十歳となる南地区の宝物を紹介します。平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれの方が対象となります。南地区の新成人は8人おられます。彼らが明るい未来で輝いてくれることが、南地区みんなの願いです。

NPO法人

# わいわいみ・な・み 74号

2023.1.25

編集:NPO法人わいわいみ・な・み

豊岡市竹野町森本 984-1 TEL:48-0008(FAX兼用)

令和5年 新成人(二十歳)

### 竹野南の宝を紹介(竹野南小学校卒業生)

上段右から

\*行政区は在学当時を記載

中村区 神矢 晋伍さん コロナ禍だけ頑張ります。

桑野本区 松本 彰悟さん 社会人として社会に貢献できるよう精進していきます。

森本区 堤 央樹さん 社会人2年目、頑張っています！

森本区 三輪 佳祐さん 学業に励んでいます。

御又区 河埜 扇有さん 社会人として頑張っています。

森本区 橋本 茉奈さん 社会人として頑張っています。

森本区 笹山 結衣さん 4月から社会人として頑張っていきます。

森本区 谷岡 詩乃さん 学生として頑張っています。

## 成人おめでとうございます

## お知らせ・行事予定

### ★ヨチヨチランド

日時 2月11日(土) 10時～

内容 「豆まき」  
たのしく鬼退治



### ★パッチワーク教室

日時 2月16日(木)

13時30分～

(3回目は3月16日になります)

参加費 材料費実費



### ★親子で竹野自然体験ツアー!

内容 雪遊びと、みんなで昼ご飯作り

旧森本中学校グラウンドでソリ遊びや雪だるま作り  
(雪不足の場合はクラフト体験)

お昼ご飯には、ハンバーグや三原みそを使ったおみそ汁、  
おやつにタイ焼きを作ります



日時 2月18日(土)

受付9時30分～ (10時開始～15時まで)

参加費 500円

〆切 1月31日まで

(詳しくは学校で配布したチラシか、センターまでお問合せ下さい)

### 2月 活動・事業・センター貸館状況

日	曜日	活動・事業
1	水	みそづくり教室 13:00～
11	土	ヨチヨチランド 10:00～
16	木	パッチワーク教室 13:30～
17	金	おもてなし珈琲 13:30～
18	土	親子で竹野自然体験ツアー 9:30～

- ・毎週月曜日 玄さん元気教室 13:30～
- ・毎週水曜日 食事サービス 9:00～11:30
- ・ “ ささえ愛通所サロンわいわいみ・な・み 10:00～15:00
- ・毎週木曜日 喫茶よつば 10:00～15:00
- ・毎月第4月曜日 みそ汁カフェ 11:00～13:00



## 優勝者決まる!

17日に新春囲碁大会が行われました。

コロナ感染予防のためにと2年間中止していましたが、囲碁クラブより強い開催要望があり、今年は感染に気を付けながら開催することになりました。

熱戦の結果をお知らせします。

入賞されたみなさん、おめでとうございます。

優勝 福井 正幸さん

準優勝 田垣 豊味さん

3位 能登 文夫さん



## いつまでも元気を保つ

冬こそ体を鍛えよう

冬の3カ月間は、雪や寒さのため外での畑仕事やウォーキングができないなど運動不足になりがちです。

皆さんもコタツで過ごす時間が増えて、動くことが少なくなってませんか。

3カ月間運動をしないと、私たちの体は筋力低下を起こします。

オリンピック選手のように鍛える必要はありませんが、今ある筋力を落とさないようにすることは、介護予防や健康寿命を伸ばすことになります。コミュニティセンターでは「ストレッチクラブ」というグループ加えられる運動クラブです。

このクラブはセンターにあるトレーニングマシンを使って自主トレーニングをします。わざわざ豊岡まで行かなくても自分のスケジュールに合わせてマシンが行えるので時間が管理しやすく気軽に行えます。

詳細は、センターまでお問合せ下さい。



竹野南地区コミュニティセンター  
電話 48-0008