

# 大 平 自 治 会 だ よ り

発行所 大平自治会  
会 長 佐久川 正健

## 「ふれあいサロン」〈ぬちぐすい栄養教室〉

「ふれあいサロン」では、10月28日（水）午後2時より大平民館において、浦添市役所 いきいき高齢支援課、栄養士の諸見里朱子さんを講師講師に〈ぬちぐすい栄養教室〉を行いました。講師の「フレイル予防とたんぱく質」についての講話の後、調理実習（親子丼、きゅうりの塩こぼ和え、野菜たっぷりみそ汁）、口の体操、試食が行われました。参加者の皆さん、ぬちぐすい料理の味はどうでしたか？ お疲れ様でした。



## 「役員会」の開催

10月22日（月）午後8時より、大平公民館において「役員会」が行われました。主な内容は、11月11日に実施予定の「各班対抗グランドゴルフ大会」についての検討です。当日表彰として、団体・個人・特別賞・トビ賞・参加賞等々の表彰があります。皆さん奮ってご参加下さいね。役員の方々の仕事終了後の夜間の会議お疲れ様でした。



## 11月の行事・会議

- 11月11日（日） 各班対抗グランドゴルフ大会 午後9時  
於：浦添市中央ゲートボール場
- 11月19日（月） 「役員会」：年末共同清掃作業について 午後8時 於：大平公民館
- 11月24日（土） 「明友会」定例会 午後2時 於：大平公民館
- 11月28日（水） 「ふれあいサロン」( ) 10時 於：大平公民館

