



安波茶自治会

発行

安波茶自治会

会長：比嘉政喜

「夏バテ」解消料理を学びました

8月16日(火)に恒例の「ふれあいサロン」を開催しました。

今回は「夏バテ」解消のための料理として「全国の冷麺づくり」です。料理したのは①十割そば②茶そば③稲庭うどん④讃岐うどん⑤永見うどん⑥幡手そうめんの6種類です。更に、おにぎりとデザート頂きました。皆さん麺の種類の多さにビックリしていました。

いつも料理を作ってくださいの鈴木さんに感謝です。会員のために料理の勉強を頑張ってください本当にありがとうございます。

※夏バテとは、「体がだるい」「食欲がない」「疲れやすい」「寝不足」などといった夏の暑さによる体調不良の総称です。(大正製薬HPより)



楽しい健康体操

8月19日(金)に「生きいき健康クラブ」を開催しました。今回健康体操を指導して頂いたのは上原智香先生です(大浜第一病院 デイケアセンターあめくの杜)。椅子に座って出来る健康体操で日頃の運動不足を解消しました。



敬老会中止について

昨年、一昨年と新型コロナウイルス感染症の影響で「敬老会」を開催することが出来ませんでした。

今年は開催するか否かを自治会評議員会で協議したところ、昨今のコロナ感染状況を鑑みて開催は中止することにしました。よって昨年と同じように対象者にお祝い金を贈り敬老のお祝いといたします。



新型コロナウイルス感染症対策

感染経路は、せき、くしゃみ、会話等のときに排出される飛沫やエアロゾルの吸入、接触感染等と考えられていることから、基本的な感染対策が重要です。

～厚生労働省ホームページより～

安波茶自治会加入のお知らせ

安波茶自治会への加入は随時受け付けています。

詳しくは自治会長の比嘉まで。

☎携帯電話:090-4810-0454

※皆で地域を支えましょう!

