



安波茶自治会

発行

安波茶自治会

会長：阿波連秀敏

家族で楽しんだカロリーング大会

2月15日(日)午前9時より令和7年度最後の自治会行事として、「カロリーング大会」が行われ、大人16名、子ども4名の合計20名の参加がありました。特に今回は初参加の親子が2組あり、回を追うごとに参加者が増えています。

安波茶自治会のカロリーング大会は的を3枚使っているので高得点が取れます。その結果なんと同点1位が2名となり、ジャンケンの結果、比嘉彦史さんが優勝しました。また、今回の参加者には自治会からの賞品に加えて民生児童委員から「三世代交流プログラム」として「ジュシー」や「飲み物」、「お菓子」のプレゼントがあり、みんなニコニコでした。



健康講座

毎月第三火曜日(2月は17日)は「安寿の会定例会」と「ふれあいサロン」が行われます。今月は浦添市健康づくり課による「健康長寿のカギ～高血圧編～」の講演が行われました。講演の中で長寿の秘訣は「①家庭で血圧を測る」「②塩分の取り過ぎに注意する」点が強く説明されました。理想の血圧は上135/下85で、塩分を抑える方法として調味料を「かける」から「つける」を意識すると良いそうです。さて、お楽しみのお料理はポークタマゴと甘酒です。頭もお腹も満足する「ふれあいサロン」でお待ちしております。



初心者料理教室

2月8日(日)・22日(日)の両日に自治公民館講座「初心者料理教室」を行いました。メニューは「サイコロステーキ」と「豚バラと大根のコク旨炒め」です。どちらも約30分で手早く調理できるメニューです。今回の講座をきっかけにサークルを立ち上げたなどの話が出ており、詳細が決まりましたらお知らせします。



自治会費について

現在ご希望の方には、自治会費の「一括(一年分)払い方式」を行っています。コロナやインフルエンザ等の感染症から人流を抑制し、月当番の方が何度も足を運ばないための対策です。決して強制ではありませんが、できるだけ協力をお願いします。

一括払いをご希望の方は自治会まで。
電話:098-879-5692
(別途寄付金¥2,200)

ベンチの寄贈がありました

浦添工業高校建築科一期生の皆さんからベンチの寄贈がありました。座り心地の良いしっかりした作りのベンチで、現在自治会館内玄関に置いています。自治会館にお越しの際は是非座ってみてください。



★3月の予定★

- ・評議員会・・・7日(土) 午後7時
- ・安寿の会&ふれあいサロン・17日(火) 午前11時
- ・カラオケ・・・8日(日) 22日(日) 午後1時
- ・三線サークル・・・8日(日) 22日(日) 午後3時
- ・琉舞サークル・・・毎週月曜日 午後3時
- ・生きいき健康クラブ・・・毎週金曜日 午前10時

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。

問い合わせは自治会まで。

☎電話:098-879-5692

(不在時は留守番電話対応)

※自治会は防犯灯を維持・管理しています。



自治会HP