参加者総勢７９名 ！！

さわやか健康大学「ヨガ体験月間」

おそろいのポーズで集合写真

サイドプランクのポーズ

令和６年9月を「ヨガ体験月間」と題して、毎週水曜日の午前中に90分間のレッスンを実施しました。講師は松崎仁恩さん（まつざきひとし/フィットネスクラブヴィスター代表）。アース（シンプルな動きで体の調子を整えるヨガの一種）やストレッチポール、ウェーブリングの運動を通して、元気に体を動かし、参加していただいたみなさんは写真のとおりの晴ればれとした表情でした。引き続き適度な運動で健康にお過ごしください。

みんなの料理講座

今回のテーマは「お手軽中華」。参加者の皆さんと一緒に楽しい時間を過ごしました。講師の後藤先生は、料理のコツを丁寧に教えてくださり、初心者でも安心して取り組める内容でした。
簡単で美味しいレシピばかりで、参加者からも「家でも作ってみたい！」という声がたくさん聞かれ、皆さんの笑顔が印象的でした。

婦人会活動

宇和婦人会では、西予市危機管理課の兵頭浩樹さんを講師に迎え、防災学習会を開催しました。
クロスロードゲームを通じて防災意識を高め、婦人会が選んだ非常食レシピで作った料理を試食しました。災害時の備えについて具体的なイメージを持つことができました。

火や水を使わず調理した切り干し大根3種

夢を育むまち～和・輪・うわ～
宇和地域づくりだより 10月
第19号
発行　令和6年10月20日 編集　宇和地域づくり活動センター　TEL 62-0058　FAX 62-1115

『アソビ』の祭典！ オータムフェスタ in宇和地域づくり活動センター

たくさんのご来場ありがとうございました

昔の遊びで松寿会さんと楽しむ↓

↑↓手芸体験も盛りだくさん！

10月6日「あけはマルシェ」と同日開催した「オータムフェスタ」には、たくさんの子どもたちが遊びに来てくれました。コマ回しなどの昔の遊びから、ARを使った最新ゲームまで、時代を超えた遊びを楽しんでくれました。

西予CATV（株）のDIDIMが宇和センター初上陸！ARで体を動かしながら楽しく遊んでいる様子でした。

昨年も人気の企画を今年も！

満員御礼！ こどもカフェ

やる気あふれる宇和町小学校児童11名が店員として「こどもカフェ」を運営しました。仕込みから盛り付け、領収書発行にレジ打ちまで。もちろん大人も補助しましたが、自分たちで案を出し合って、より良く改善しながら取り組む姿に頼もしさを感じる一日でした。

絶品！シャインマスカットのロールケーキ

お客様に運びます　仕上げにクリームを

【宇和地区の人口】（R6.10.1現在）世帯数 4,059戸/男 3,840人・女 4,300/合計 8,140人

ラジオ体操で健康づくり

集計＆抽選結果発表

地域住民と子どもたちが、一緒にラジオ体操に参加して、健康なカラダをつくるとともに、地域のチカラ、キズナを高めることを目的として実施した「夏休みラジオ体操会」

区長さんや小学校にも協力していただき、スタンプカードを集め、15日以上・20日以上参加した人をそれぞれ集計しました。

15日以上参加した人は実に361人！小学生には文房具、一般参加の方にはタオルを記念品としてお配りいたします。※記念品については小学生には学校から、一般の方は区長さんを通じてお配りします。

そして、20日以上参加した方は220人！その中から厳正なる抽選の結果、西予市特産品セットを10名の方にプレゼントいたします。当選者の発表につきましては、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

多くの方が参加していただき、誠にありがとうございます。また、ラジオの準備など、運営にご協力いただきました皆さまにも厚くお礼申し上げます。

タオル

文房具

西予市特産品セット

「人権の根っこ」を宇和地区に根付かせましょう。

9月19日（木）、区長さんや地域団体の会長さんをお呼びし、昭和46年から続く人権学習会である「草の根学習会」の指導者研修会を実施しました。

人権啓発課の上田指導員のご指導のもと、ビデオを視聴してその内容について話し合いました。

宇和センターは地域の人権学習の推進を後押しさせていただきます。「草の根学習会」を実施しようとお考えの地区はまずはご相談ください。

宇和壮年会と婦人会で力を合わせて

宇和川土手の草刈りをしました！

⇧ビフォー

⇨アフター

春と秋に年2回ある「壮婦合同草刈り」を今期も実施しました。夏の日差しを大量に浴びて大きく育った雑草たちを一網打尽。ボランティアでの活動お疲れ様でした！土手の道を通る皆さまも身近な壮年会・婦人会員の方に“Great Job!”とお伝えください。

トリック オア トリート！

仮装姿で参加してみよう♪

10月26日（土）に開催されるラソンブレ（ゆるりあん事務所）主催の「うのまちまちなみハロウィン」に宇和地域づくり協議会も参加させていただきます。

14:00~16:30までの間、宇和地域づくり協議会事務所（宇和地域づくり活動センター1階事務所）が『まちあるきスタンプラリー』の1つの拠点としてハロウィン仕様になります。

参加するには仮装をしてまずはゆるりあんでカードをもらいましょう。その後、協議会でスタンプを押して、お菓子の詰め合わせもゲット！。ぜひお気軽にお立ち寄りください！詳細はインスタグラムで@RASSEMBLER.KKをご確認ください。

宇和高1年生が宇和センターに！

インターンで来てくれました！つばめ村のレシピの試作やオータムフェスタの準備で大活躍！ありがとうございました。この経験が少しでも糧になれば幸いです。

「地域づくり交付金」監査

10月1日（火）、令和5年度地域づくり交付金について、会計処理が適正になされているかの検査を西予市まちづくり推進課の担当職員より受けました。その結果、適正な処理がなされているとの確認を受けました。

引き続き、令和6年度についても適正な会計処理を心がけながら、地域のみなさまの地域づくりを後押しさせていただきます。