



## 法師ヶ滝ウォーク 8月23日(金)



## 小鷲河地区グラウンド・ゴルフ大会

当日は残念ながら雨が降ったりやんだりのあいにくの空模様。公民館に集まれたみなさんとコーヒーとクッキーで残念会。しかし、せっかくだから雨でも行ってみたいという人もおられ、有志で滝に向かったところなんと雲の切れ間からお日様が！！足元に注意しながら法師ヶ滝ウォーク、無事に行ってきました！



9月1日(日)雨続きで天候が心配されましたが、15チームが和やかにプレーを繰り広げ、心地よい汗を流しました。

＜大会成績：団体の部＞

【高齢者】優勝：小別所 準優勝：矢原

【男子】優勝：鷲峰 準優勝：河内上条

【女子】優勝：来日・古仏谷 準優勝：鷲峯



## こわしがわ健康講座 減塩料理教室

9月18日(水)ル・サンテリオン鹿野の職員さんの指導の下で、減塩料理教室を行いました。

牛乳を使いコクや旨味を出し、減塩なのに薄味にならず、牛乳の味も感じないおいしいサバのミルク味噌煮ができました。

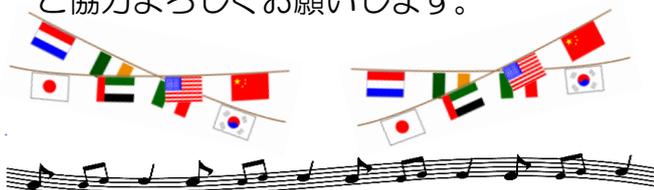


## 小鷲河地区大運動会

日時 10月6日(日)9:00～ 開会

場所 旧小鷲河小学校グラウンド

年に一度の大運動会。ケガのない楽しい一日にしましょう！ 皆様のご参加、ご協力よろしく申し上げます。



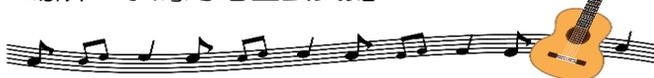
## 第11回 鷲峯おろし音楽会

～すぐにウキウキシャバダバ～

有山じゅんじ・三宅伸治

日時 10月19日(土)17:30～

場所 小鷲河地区公民館



### 5日(土) 運動会準備会

時間 13:30～

場所 旧小鷲河小グラウンド

### 6日(日) 小鷲河地区大運動会

時間 9:00～

場所 旧小鷲河小グラウンド

### 9日(水) 手芸教室 ①

時間 13:00～

場所 小鷲河地区公民館

### 16日(水) 手芸教室 ②

時間 13:00～

場所 小鷲河地区公民館

### 19日(土) 鷲峯おろし音楽会

時間 17:30～

場所 小鷲河地区公民館

### 23日(水) 高齢者部歴史教室 ②

時間 9:00～

場所 智頭町方面

### 31日(木) 3館合同 植木の剪定教室

時間 13:30～

場所 鹿野学園王舎城学舎