



第43回生麦第一地区運動会が開催されました

10月12日(日)、第43回「生麦第一地区運動会」が生麦小学校で開催されました！

当日は朝早くから地域の皆さんが準備をしていました。前日には雨天の心配もありましたが、晴れやかな秋空に恵まれ、子どもから大人まで参加する大運動会となりました。今回は新たな競技として「パン喰い競争」「生麦〇・×クイズ」が加わりました。「パン喰い競争」では、よいどんの合図とともに、子どもたちがパンに向かって全力疾走していました。「生麦〇・×クイズ」では、2問目でほぼ皆さんが脱落するという面白おかしい場面もあり、会場が笑いであふれました。敗者復活戦では、次こそは間違えないぞ！と一問一問に全力をかけている様子でした。協力し合い、競い合い、励まし合い...大盛り上がり的一天となりました。

パンをくわえてGO🏃



準備の様子



開会式🌟



玉入れ🔥



最後は全員で綱引き!!



ふれあいまつりが開催されました！

9月28日(日)、地域活動ホームふれあいの家にて「ふれあいまつり」が開催されました。

ボランティアの方々や地域で活動をする団体のみなさまのご協力のもと、カレーや焼き鳥などの食事を楽しむことができました。生麦地区センター体育室では「こども縁日」として、ラムネ・ヨーヨー釣り、ボッチャ等のスポーツ体験コーナーが設けられ子どもから大人までたくさんの方が集まりました。うまく釣れた！うまく投球できた！と思わず声をあげて喜ぶ子どもの姿も見ることができました。綿菓子やかき氷には、子どもたちがたくさん並んでいました。ふれあいの家・利用者の方々は、お祭りの雰囲気を楽しみながら、自主製品の販売を行うなどご活躍されていました。地域の方々が交流する、にぎやかなお祭りとなりました。

かながわ金太郎も来場👉



大人気の自主製品🌟



子どもたちで大盛況🎉



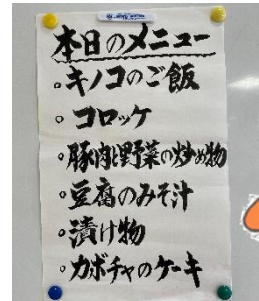
ふれあい昼食会が開催されました

10月17日(金)、「ふれあい昼食会」が生麦地域ケアプラザにて実施されました。生麦第一地区の民生委員の皆さんが中心となり、メニューの考案や買い出し、昼食会の運営を行っています。今回も、民生委員の皆さんによって、温かく、彩り豊かな、美味しい食事が用意されました。10月になり、だんだんと肌寒い季節となってきましたが、栄養満点の食事で、元気をチャージできました。今回のメニューは「キノコのご飯、コロッケ、豚肉と野菜の炒め物、豆腐のみそ汁、漬物、カボチャのケーキ」でした。次回は、11月21日(金)の実施を予定しています。

みんなで楽しく♪



おいしそう😊



ふれあい昼食会・レシピのご紹介

10月のふれあい昼食会のレシピをご紹介します！ぜひご家庭でも調理してみてくださいね。

🍴「カボチャのケーキ」🍴

【材料 (18個分)】

- ・カボチャ (皮と種を除く) 200g
- ・バター (マーガリン) 80g
- ・砂糖 80g
- ・牛乳 60cc
- ・ホットケーキミックス 200g
- ・シナモン 適量
- ・チョコチップ 40g
- ・90ccの紙カップ 18個分

- ①カボチャを適当な大きさに切り、600Wのレンジで4~5分蒸し、熱いうちにフォークでつぶす。
- ②バターをレンジで湯せんして溶かし、砂糖を加えて混ぜる。
- ③②にホットケーキミックスを加え、ゴムベラで切るようにさっくり混ぜる。
だいたい混ざったら、①のカボチャとチョコチップを加えてさっくりと混ぜる。
- ④カップの6分目くらいまで生地を入れ、180℃のオーブンで20~25分焼く。
- ⑤串をさして、生地がついてこなければ出来上がり！



夕暮れラジオ体操・時間変更のお知らせ

11月より「夕暮れラジオ体操」の時間が変更になります！夕暮れラジオ体操では、地域の皆さんと一緒に、ラジオ体操第一、ラジオ体操第二、簡単な筋トレ、北国の春体操、365歩のマーチ体操を週2回、実施しています。毎回、地域の参加者のみなさまにご協力いただき、椅子に座って体操ができるスペースもご用意しています。寒い季節も元気に体を動かして健康づくりに取り組みましょう！事前申し込みなしで、どなたでも、お気軽にご参加いただけます♪

★夕暮れラジオ体操★

- 日 程 ● 毎週 水・金曜日
時 間 ● 14:15~14:40
場 所 ● ふれあいの家・中庭

