

# 南股地区振興会だより第139号

～ご近所の力「自助、近所（助）、公助」～

■編集発行 南股地区振興会 ■Eメール minamimata00@yahoo.co.jp 令和2年7月9日（木）  
■連絡先 〒029-4483 奥州市衣川沼野38-9 南股地区センター内 ☎0197-52-3644 FAX兼

## 令和2年南股地区敬老会中止のお知らせ

令和2年度第1回役員会を開催しました。議題の中で敬老会の開催を協議した結果、三密を回避することはできないことや会場のスペース確保等が問題となることで、開催断念となりました。例年通り敬老対象者の記念品を行政区長さんを通してお渡します。（記念品はちょっと良いものを考えています）

他にもお祭り等の行事が中止されていることもあり今回は苦渋の決断をしました

## あゆみ園出前保育

南股地区センターに6月18日（木）あゆみ園子育て支援センターが出前保育に来ました。今回は親子でピザをつくり、子供たちは生地作りを頑張っておねて、手にくっつき、べたべたになりながらピザの生地を伸ばし具だくさんのアツアツピザをみんなでいただきま〜す(o^ー^o)ニコ



普段は親子で料理するのは難しいけど、出前保育に来るとみんなのできるから、子供たちものびのびと動き回り、楽しんでいる様子でした。

# 衣川小学校2年生ふるさと遠足

6月18日(木)

衣川小学校2年生14名が南股地区センターにやってきました。

天気が心配されましたが、今年は晴れ間も見られみんな元気に川へ出発!



みんな川に入ると冷た〜い!と悲鳴が聞こえてきたり、おおきな「カエル」を見つけて「見たい」「どれどれ」と大騒ぎでした、「虫はかせ」さんがいたりサワカニを見つける「名人」がいたり、夢中になっていました。



体育館に戻り今度は松ぼっくりでペンダントづくりしました。松ぼっくりを地区センターのグラウンドに行き、自分のこのみで大きいものや、小さいもの、長いものや細いエビフライの形をしたものなどを拾いピンを付けてひもを選んで結び仕上げ。

お昼には、グラウンドにシートを広げてランチタイムとなりました。



## 第1回 奥州市衣川地域会議意見交換会

《これからの衣川で大切な事》を語ろう！  
～衣川地域がこれからも続いていくために必要なこと～

日時 2020年7月19日(日)9:30～11:30  
開場 南股地区センター(衣川沼野38-9)



・これからの衣川地域で暮らしていく上で一人一人が考える大切なことを持ち寄り、語り合う場に参加してみませんか？

主催 衣川地域振興会連絡会 ・主観 衣川地域会議  
事務局 ・ 問い合わせ先南股地区振興会 担当高橋 塚本 ☎/📠52-3644

※詳しい内容は別途チラシを御覧になってください

## エコバック作りませんか



南股地区センターでは壊れた傘でマイバック作りをしています。7月1日からコンビニエンスストアでも有料化になりマイバックを自分でお気に入りの柄で作りませんか？  
作り方はとても簡単ですので、興味のある方はぜひセンターへお寄りください。一緒に作りましょう！



問い合わせ先  
南股地区センター担当 小形 菅原  
☎/📠 0197-52-3644

## 南股地区センターのプールで遊ぼう

夏休みの間に、南股地区センターでプール遊びしませんか？  
地区センターのグラウンドで仮設のプールを設置しますので、遊びにきませんか？  
事前に準備が必要ですので、利用される方は前もって連絡ください。  
問合せ 南股地区センター  
担当 小形菅原 ☎52-3644



以前にプール遊びした様子の一コマです

## 旬の野菜で美味しく減塩!!

★市栄養士おすすめ減塩レシピ★

材料 (2人分)

- ・アスパラ 4本 (80g程度)
- ・新玉ねぎ 1/2個 (75g程度)

【ドレッシング】

- 人参 10g
- オリーブオイル 大さじ1+1/2 (18g)
- 酢 大さじ1 (5g)
- 砂糖 小さじ1 (3g)
- 塩 ひとつまみ
- こしょう 少々

☆1人分栄養価☆

- エネルギー 114kcal
- 塩分 0.2g



## 「アスパラと新玉ねぎの元気サラダ」

作り方

- ① アスパラはお湯でさっと茹でて食べやすい長さに切る。
- ② 新玉ねぎは薄くスライスしておく。
- ③ 人参はすりおろし、調味料と混ぜ合わせてドレッシングを作り、①と②を合わせたものにかける。

## お宝たんてい団 夏休み企画

「水生生物を探そう」

日時 8月3日(月)

9時30分～11時30分

問い合わせ 南股地区センター

☎/📠0197-52-3644

※事前に地区センターに連絡ください



南股地区センター玄関前に空き缶風車が飾られております。風が吹くとクルクルとまわっています。