



## お詫び

先月のすげえちゃだよりの発行日が間違っていました。訂正してお詫び致します  
正しくは9月15日 → 10月15日でした。

## 10月中旬から11月上旬の活動報告

**薬**草講座の4回目(9/18 江汐公園 薬用植物の観察)は、コロナ感染拡大のため中止となりました。5回目は10月16日(土)10:00～竜王山公園で薬草採取のウォーキングをしました。

中腹の駐車場に集合し、周囲を散策しました。ムカゴオオバコ、ヘクソカズラ、セイタカアワダチソウ、クズ、サクラ、タンポポ等薬草の宝庫でした。参加者は薬草図鑑を開き、先生のアドバイスを熱心にメモするなどしていました。次回はこれらの薬草を使つての調理実習です。



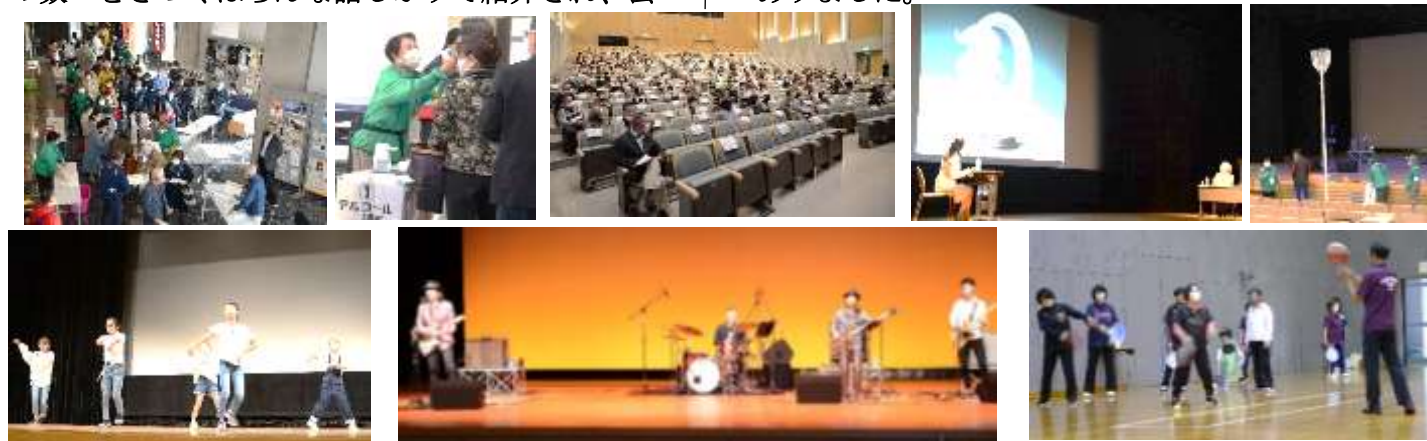
**秋**のふれあいまつりが10月23日(土)10:00～江汐公園で行われました。すげえちゃ・高泊は受付のお手伝いや、ビンゴボード等を担当しました。家族で挑戦する姿が多く見られ、高らかな笑い声が秋空に響いていました。

**市**のスマイルエイジング強化月間のイベントの1つ「ウォーキング講座」がサンパーク2階であり、すげえちゃ・高泊から60～80代の6名が参加しました。市民体操実施後、ウォーキングのメリットや自分にあった歩き方等の指導があり、施設内をアドバイスを受けながら歩きました。



**ス**ポーツフェスタ in 山陽小野田「翔～はばたく～」が、10月30日(土)9:30～不二輸送機ホールで開催され350名余りが参加しました。消毒、体温測定、席を一つ空けてのソーシャルディスタンス等感染には万全の対策を実施しました。1部は三輪龍氣生さんのトークショー。個性的な作品の数々をざっくばらんな話しぶりで紹介され、会

場からは笑いが絶えませんでした。2部のichiroのロックコンサートは、最初、大音響に驚きはしたものの、プロの見事な演奏に拍手喝采でした。すげえちゃ・高泊からはキッズダンスのダンス披露、スポーツ玉入れ「アジャタ」の説明、午後からは市民体育館でパドルテニスの体験教室等がありました。



## <お知らせ> ウォーキング 高泊ミニミニ3社参り

～当嶋八幡宮→烏帽子岩神社→高泊神社の3ヶ所を除夜の鐘の音を聞きながらご家族でお参りを～

- 参加資格：体調が良く健康な方、小学生以下は保護者同伴。
- 日時：令和3年12月31日 約4Km 高泊神社現地解散
- 集合場所：すげえちゃ・高泊クラブハウス(当嶋八幡宮下) **23時45分集合**
- 参加費：会員無料、非会員(一家族200円、人数制限なし)
- 持参物：お賽銭、懐中電灯、マスク、防寒着等
- 申込み：12月26日(月)までに すげえちゃ・高泊 高橋(☎ 84-1065 090-4149-2712)



※令和4年1月のウォーキングの活動は日程の関係ではありません。2月の活動をお楽しみにお待ち下さい!!