

# 西谷自治会だより

新年あけましておめでとうございます

平素は、西谷自治会の活動運営にご理解協力ありがとうございます。

昨年は、コロナ禍でなかなか思う活動等ができずにおりましたが、本年度も更なる地域の活性化に向けて努力してまいりますので、ご指導ご支援の程よろしくお願いたします。



令和二年度

農業講座終了

今回は、春からの野菜栽培計画の作り方と有機栽培の裏技について、化学農薬を使わない無農薬栽培で使用する自然農薬について、自生している植物ドクダミやオオバコなどエキスを利して病害虫対策、栽培に有用な共生微生物の増加を支えるエキスの作り方を学びました。また、受講者からわからないことや疑問に

西谷自治会  
大屋町筏561  
Tel. 663-8600  
E-Mail  
nisitanijitikai@hera.eonet.ne.jp

ついて質問などあり、講師からの野菜作りに役立つ豊富な知識を気楽に受講することができました。

農業講座 受講風景



## 第10回 ことぶき杯

秋の運動会として継続している恒例のことぶき杯では、輪投げとナンバーストライクによる室内競技でからだを動かしたり、得点争いを行いました。参加者はコロナ禍でなまった体を動かし、温めながらコーヒータ임もあり和やかなひと時となりました。

## 秋季グラウンドゴルフ大会

西谷わくわく広場にて秋季グラウンドゴルフ大会を開催しました。綺麗に整地された芝生のもと黄金の银杏の木を眺めながらの大会には、二十数名の参加があり、日ごろの練習の成果を発揮して、ホールインワンを連続三回



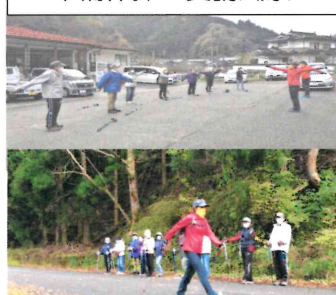
ことぶき杯 和やかなコーヒータ임

出す名プレーヤーもありタイヤモンド賞を獲得し大変盛り上がりました。  
ノルディック

## ウォーキング

落葉の中、丹波上又ウォーカー倶楽部の余田幸美さんを講師に迎えて、ノルディックウォーキングのセミナーを開催しました。  
両腕を大きく振って歩くことでストレスの解消や血

準備体操 受講風景



正しい歩き方 受講風景

流改善になる歩き方を学ぶことができました。また、円柱の木切れを利用した簡単なルールで楽しいゲーム、モックルも教えていただきました。

## 冬休み子供書道教室

年末恒例の書道教室を開催しました。一文字一文字力強い作品が出来上がりました。また、健秀先生から参加者全員に好きな言葉を書き添えていただきました。



小型除雪機の貸出を始めました。

西谷自治会では、小型除雪機を個人団体に対して原則2日以内で無料貸出をします。機械の移動に伴う費用、燃料は利用者負担となります。

軽トラックでふれあいの家まで引取りと返却できる方であれば、アルミブリッジと機械本体の貸出をします。ご利用希望の方は、ふれあいの家自治会事務局まで申し込みください。電話093-880000まで  
月々金 9時〜17時 土日祝休

