

5月の休日

- 5月3日(日) 憲法記念日
- 5月4日(月) みどりの日
- 5月5日(火) こどもの日
- 5月6日(水) 振替休日



明朗会  
だより

新型コロナウイルスの感染が広がっており、新年度の活動が全くできない状態です。会員の皆様、気持ちも用ひが下さる。気分がめいっつらな体探したり、時には歌をうたってみたりしてお元気に過ごして下さい。

九鬼生活支援ネットワーク

先般、会員の皆様にアンケートを実施したところ、大多数の方が令和5年度も継続を希望されました。新年のスタートと想っていた先、感染が確認されました。その影響を受け、移動支援をしばらくは休止させて頂くことになります。皆様には事情をおくみの上、ご了承のほどお願い申し上げます。

九鬼地区 流ニュース

食堂網干場は新型コロナウイルス感染拡大防止のためしばらく休業させていただきます。

5月14日(木)

- 豚の生姜焼き
- 火炙り鳥
- ロールキャベツ
- ぶつ切キャベツの味噌煮
- ピザとジャコウの佃煮
- 塩鮭と味噌のまぜごはん
- 牛乳と野菜の五目煮

おがすの量、ハク、200円

5月28日(木)

- 海老フライ
- 鶏しんじょうと人参の味噌汁
- 5種のバナナケーキ
- 豆ふし汁の合じり
- かぼちの煮物
- 火炙り鳥
- 生野菜、生ハム、ゆず

九鬼地区 集落支援員

田崎 納さん 東京から九鬼へUターンして、今年4月1日から就任されました。よろしくお願いします。

20才 心がけ3ヶ条 対策

家にこもりがちになり運動不足になり、また心臓の働きも低下してきます。定期的に続けるというのを、M.H.K.のテレビ体操はどうでしょうか。イスに座っても出来ます。是非!!

20才 バランスの良い食事

肉、魚、卵、大豆製品、ビタミンB群は必須です。それと今回は低カロリーで高い栄養素のキノコをおすすめします。ビタミンB、ミネラルが豊富でがん予防する。血液サラサラにするという効果が報告されています。それに乳製品、野菜と果物も合わせてバランスよく!

20才 人とかがかりましょう!

人間は社会的動物といわれ、人と交流が何よりも脳を刺激し、生活の豊かさをもたらすのです。こもりがちの外に出よう。人混みはダメ... それなら「もしもし元気?何かいふんの?」の電話が有効でしょうかね!

ご報告

テイクアウトの弁当部 防災助成金(市から町内会から10万)でソーラーライト10基とLED電球を基購入致しました。

5月7日(木)

- 巻寿司セット
- ちらし寿司
- べーり寿司
- おまかせ握り(エビ、魚)

お電話ください! 090 8678 4717 尚子

5月21日(木)

- 松阪牛のステーキ
- 天丼(エビ、野菜)
- ★2つもお取りいただけます

会員の皆様方へ

4月26日(日)予定してました町内会の総会は、新型コロナウイルスの影響で中止させていただきました。令和5年度の決算、令和6年度の事業計画案、予算、新年度役員選出は、本来なら総会にて審議の上、ご承認頂くべきところではございますが、延期により開催できず、ご見逃しは全くつかない状況です。このような現状を鑑み、特例として14日開催の役員会で審議の上、ご承認いただいたことで令和5年度をスタートさせていただきます。会員の皆様におかれましては、このお詫言を御理解いただき、ご承下下さるようお願い申し上げます。そして、このことが現実となりました。新聞やテレビニュースで報じられ、尾撃市で10代の男子学生(愛知県在住)が新型コロナウイルスと診断され、一気に緊張感が高まってきました。手洗いの励行はもちろん、外出は控え、人が集まる所は行かないなど、お心、お水で十分お気をつけて下さい。

町内会役員名

会長	川上修史	1組	宮崎忠政
副	川上愛雄	2組	岸田貴司
	仲野常秋	3組	豊田宙也
	川上らづ	4組	宮崎規直
会計	宮崎雅義	5組	木村ひびみ
監査	田崎義正	6組	遠藤勝士



2020.5.1 No.91 九鬼町内会



菖蒲販売

5月3日(日)2時から魚市場にて

代金をお持ち帰りの方は混雑をさける為、恐縮ながらおりのなご様にお願いし、菖蒲200円につき5/10におさしり550円

雀らも海から来た