

日居城野コミュニティだより

平成27年 8月1日 第89号

日居城野地区コミュニティ会議
〒025-0066
花巻市松園町4番地3
松園振興センター内
電話/FAX 23-4545

The 健康 2015

今年の「The 健康」は花巻市長寿福祉課のみなさんに「元気でまっせ体操」をご指導いただき、継続した体力づくりを目的として全6回のプログラムで行います。

第1回目 日時 8月25日(火) 9:30~11:30
場所 松園振興センター 研修室 他
内容 体力測定 元気出まっせ体操 知って得する介護予防教室

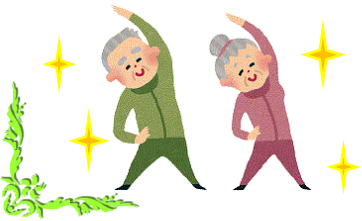
動きやすい服装でお越しください。

その後の日程(予定) ② 9/18(金) ③ 10/16(金) いずれも 10:00~11:30 松園振興センター

※第4回目以降の日程等は調整中です。

※第1回目に5m最大歩行速度・握力などの体力測定を行います。第6回目に再び測定し、半年間の成果を確認します。

事前のお申し込みは不要です。みなさまお誘いあわせの上、当日会場にお越しください。(生活福祉部会)



頭の体操

1. 踵
2. 踵
3. 踵
4. 鉄
5. 柵

※漢字1字で4文字読み。全部「く」から始まります。例「く□□□」



研修旅行 東松島市野蒜地区

7月7日(火) 宮城県東松島市野蒜地区へ行って参りました。現地のボランティアガイドさんの案内で、被害状況やかさ上げ工事など復興の様子を見てきました。ガイドさん自身も津波で家族を失い、今なお仮設住宅で暮らしているという現状をお聞きし、復興への思いを強くして帰ってきました。

わかたけ公園環境整備

7月12日(日) 各自治会の会長・区長・景観環境部会員の皆さんが中心となり、わかたけ公園の枝払いなどの環境整備を行いました。(景観環境部会)



いきいきサロン・生活福祉部会員さんなどの皆さんにたなばた飾りを作っていただきました。玄関ホールが華やかに彩られました。お立寄りの際はどうぞご鑑賞ください。



織り姫のみなさま

旧電鉄「花巻グランド前駅」から花巻温泉までの現自転車道を歩きます。

日時 平成27年 9月 5日(土) 午前9時~午後2時30分(小雨決行)
日程 午前 9時00分~ 受付 松園振興センター
午前 9時30分 旧花巻電鉄「花巻グランド前駅」出発
午前11時30分 「花巻温泉駅」までの自転車道をウォーキング
午後 2時40分 昼食、入浴等交流会(ホテル千秋閣)
バスで松園振興センターへ戻る

参加条件 日居城野地区にお住まいの方

参加費 一人500円 ※大人も子供も同一料金・当日集めます

参加申込 8月25日(火)まで日居城野地区コミュニティ会議まで直接おいでになるか、電話(☎23-4545)でお申し込みください。

持ち物等 歩きやすい服装、履きなれた靴、雨具、水筒、筆記用具など

※各自、熱中症対策を万全にお願いします

電车道
ウォーキング
2015
参加者募集!!



(教育振興部会)

頭の体操こたえ 1.くるぶし 2.くちばし 3.くさむら 4.くるがね 5.くちなし