

「通いの場」通信 第12号

「通いの場」とは、コミュニティールーム「はなみずき」とコミュニティースペース「IVY-LABO」が一体となり、健康的で充実した暮らしを提案し、地域での交流の中でその実現を目指す取り組みです。高齢者も大歓迎の世代交流の場として、心身に潤いを与える、様々な企画を開催して参ります。

コミュニティールーム
はなみずき



コミュニティースペース
IVY-LABO

「インカ道を歩いてマチュピチュへ」

プレゼンター **白鳥 貞夫 氏** (第4支部)

写真展示 8月21日(月)～9月2日(土)

トーク **9月2日(土)** 14:00～15:30
於：はなみずき

第7回 ワイン持ち寄り試飲会

2017年 **9月30日(土)**

17:30～20:30

場 所：はなみずき・IVY-LABO

講 師：キックマンアカデミー講師

「ワインについての楽しいお話し」

入場料：700円(手作りおつまみ付き)

ご自慢のワインをお一人様1本と、お気に入りのワイングラス(形は自由、会場でも準備)をご持参下さい。高齢者をはじめ、広く地域住民の方大歓迎!

KVS (柏ビレジシガーズ)

はなみずき

アフタヌーンコンサート VII

2017年 **10月7日(土)**

開演 14:00 (開場 13:30)

会 場：はなみずき

入場料：500円(1ソフトドリンク付き)

指揮：大島秀夫 / ピアノ：新居美穂

今回は、新メンバー2名も加え、スタジオジブリ名曲集にも挑戦。戦前から70年代、80年代の名曲まで、男声合唱の魅力、楽しさを感じていただければ幸いです。

♪ やさしさにつつまれて ♪ カントリーロード
♪ 崖の上のポニョ ♪ 「いちご白書」をもう一度
♪ 青い山脈 ♪ 時代 ♪ 上を向いて歩こう
♪ 花～すべての人の心に花を ♪ 糸 ♪ 津軽海峡冬景色
♪ 北酒場 ♪ 熱き心に ♪ 夏の終わりのハーモニー 他
(演奏曲は変更となる場合もあります)

「体操やレクリエーションで楽しく介護予防」教室

はなみずき & IVY-LABO <共催>

楽しいシニアライフは、体の健康から！
柏市から派遣された高橋 光代インストラクターの指導の下、音楽に合わせて楽しく体を動かしたり、遊びながら、みなさんの健康づくりのお手伝いをします。参加者のレベルに合わせた軽い運動ですので、どなたでも参加できます。お気軽にどうぞ。体操のできる洋服・運動靴で参加ください。

2017年 **9月14日(木)**

10:00～12:00

場 所：IVY-LABO

参加費：無料

定員：20名
(応募多数抽選)

- ◎ 準備体操
- ◎ 筋トレや体操



前回(2016.10.5)の様子

下肢の運動、転倒予防、上腕・肩中心の運動

■ 裏面「参加申込書」を提出ください(締切9/7)。

はなみずき & IVY-LABO <共催>

「ピンポンサークル」 メンバー募集!!

毎月第一日曜日の午前中、IVY-LABOでピンポンを楽しみませんか!?
詳細、申込み方法は裏面をご覧ください。

第1回目は、

2017年 **10月1日(日)**

10:00～12:00

はなみずき：04-7149-8734 <照会先> IVY-LABO：04-7106-5117

はなみずき、IVY-LABOは、月、火、水、金、土曜日の11:00～16:00にオープンしています

「スマートフォン」入門セミナー

7月27日（木）IVY-LABO

ソフトバンク社の協力で、7月27日（木）午後にスマホ教室を開催しました。ガラ携からスマホへの転向を考えている人、スマホをもっているけど使いこなせない人、もっと上手く使いたい人など、定員を超過する22名の参加者が熱心に講習を受けました。ポイントは「スマホを使って何をしたいか。」夢が広がる講習会となりました。



ピンポンサークルのご案内

7月15日開催の「ピンポン教室」には、ご家族で、お仲間でも多くの方々にご来場いただきありがとうございました。その時の皆様からの声、「次はいつですか？」にお応えして、定期開催する「ピンポンサークル」を立ち上げることにしました。月1回、ピンポンを通しての交流により、楽しい一時をお過ごしください。新たな出会いにも期待！

実施要領は右記をご覧ください。参加を希望される方は、「メンバー登録申込書」のご提出をお願い致します（申込締切り9月20日）。ご家族、お仲間での参加も歓迎です。

卓球台はNPOカモミールから借用、ラケット、ボールは会場で準備しての運営です。

10/1スタート!

開催日時：毎月第一日曜 10:00～12:00
会 場：IVY-LABO（はなみずき隣り）
参加費用：無料
登録定員：15名程度

当面の
運営

10:00～11:00までは、事前登録メンバーの当日の来場順により交替（基本は20分）でプレイします。11:00～12:00には、飛び入りの参加もOKとします。プレイ順、休憩時間などについては、運営スタッフからご案内します。安全第一、公平な運営を心掛けて参りますので、ご協力をお願い致します。尚、事前登録メンバーの当日都合による欠席、途中参加等の連絡は必要ありません。

- 1、「体操やレクリエーションで楽しく介護予防」教室 参加申込書（締切 9/7）
- 2、「ピンポンサークル」メンバー登録申込書（締切 9/20）

氏名： _____ 申込日： _____ / _____

住所： _____

（ 第 支部、 街区 番 ）

電話： _____ （ 自宅・携帯 ）

メールアドレス： _____ @ _____

お申し込みは、この「申込書」をIVY-LABO受付（月～水、金、土曜日の11:00～16:00）にお持ちいただくか、FAX（04-7106-5117）でお送りください。