

悠々活々クラブ

子どもにかえりカルタ遊び



1月22日(日)三原台悠々活々クラブの新年会が開催されました。58名の参加者が集い、華やかにも楽しい新年会となりました。

和田会長の挨拶のあと、みんなで「一月一日」の歌を元気よく歌いました。久しぶりに地域の方々と顔を合わせて互いの健康を確かめあいました。

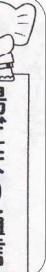
今日のお正月ゲームは「堺カルタ」です。8班に分かれ、日頃、機能していい頭、耳をいっぱい働かせての取り合い合戦です。久読み手の声に耳を澄ませ「はーい」と、威勢のいい

友だちがいっぱいできましたよ。新年会の開催にあたり、何日も話し合い、準備をしてくださった役員の皆様に心よりお礼申しあげます。ありがとうございました。

【宇都宮敏子】

花便りをちらほらと目にする季節となりました。
次回の予定
3月9日(木)
予約は不要です
気軽に遊びにきてくださいね。

新年会アラカルト



マスク着用
お願いします

3月12日(日)
午前8時より
雨天の場合
三原公園前集合



【環境美化部】

地域のカレンダー 令和5年3/1~3/31	
3/1(木) 楽笑クラブ	10~12時
2(木) 元気モリモリ体操	13:30~15時
3(金) 喫茶モーニングサロン	9~11時
8(水) 介護相談	10:30~11時
9(木) 陽だまり	10~11:30
チューブ体操	13:30~15時
10(金) コーラスハモリーナ	10:30~
11(土) 校区定例会	19:30~
12(日) 校区内清掃三原公園集合	8時~
14(火) みなみ花咲くまちづくり部	9時~
15(水) いきいきサロン	10~12時
17(金) 喫茶モーニングサロン	9~11時
18(土) ボランティア会議	10時~
21(火) 3B体操	
のりのり	9:30~10:15
らくらく	10:30~11:15
23(木) チューブ体操	13:30~15時
24(金) 喫茶モーニングサロン	9~11時
28(火) みなみ花咲くまちづくり部	9時~

新岸池によるこそ

お土産の紅白饅頭とお餅をお互いの労をねぎらいあい、戦い済んで日が暮れて…まだ老人と思われた60歳から参加できます。



声が響きわたります。いつまで帰途につきました。三原台悠々活々クラブは、入会されませんか。私も、

1月29日(日) 地域会館にて3年ぶりの3丁分譲自治会新年会を開催、総勢64名が楽しいひと時を過ごしました。

演奏会では男声コーラス「オーディンズ」が懐かしの名曲の数々を笑いも交えて歌い上げ、和田隆義会長の語りと草薙久美子さんの美しい歌声に聴き入る参加者の皆さん。工夫を凝らしたお楽しみ抽選会も終始盛り上がりました。

今回

は飲食なしの「ウイズコロナ版新年会」でしたが、お土産に少し豪華なお弁当をお持ち帰りいただきました。コロナ禍でもなんとか開催できなかつた役員一同話合いを重ねました。飲酒やお食事、仲間とのおしゃべりを楽しみにされていましたが、無事開催でき、参

めました。コロナ禍でもなんとか開催できなかつた役員一同話合いを重ねました。飲酒やお食事、仲間とのおしゃべりを楽しみにされていましたが、無事開催でき、参



笑いでコロナを吹き飛ばそう

【陽だまりスタッフ】

3月19日(日)
雨天の場合
三原公園前集合



【環境美化部】



冬場の入浴 ヒートショックに気をつけて

特に気を付けて！

右の方たちは動脈硬化で血管が弱っている可能性があるため！

・肥満者

・高齢者

・血圧が高め

・血糖値が高め

・コレステロール値が高め

・脳や心臓に大きなダメージを与え、命に危険が及ぶこともあります。

冬場の入浴です。

寒い脱衣室・浴室から熱い浴槽に入ると、温度差で

こころの体調トラブルのこと。

特に注意が必要なのが、

冬場の入浴です。

寒い脱衣室・浴室から熱い浴槽に入ると、温度差で

ヒートショックとは急激な温度差によって起

くる体調トラブルのこと。

特に注意が必要なのが、

冬場の入浴です。

【3丁分譲自治会・和田】