

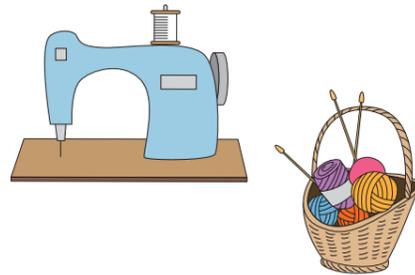
たばこ通信 2020.11.12

たばやまむらコミュニティサロン

～ 10月の開催報告と11月のご案内～

★11月26日(木) 手芸の会

縫い物や編み物など、素材を持ち寄って好きな作品を作りましょう。サロンのミシンは、いつでも自由に使えます。



★11月も毎週木曜日は「お話ししましょう(談話会)」

元社会福祉協議会ケアマネージャー酒井智子さんが毎週木曜 10時～16時の間サロンにいます。温かい部屋でお茶を飲みながらおしゃべりしましょう。どなたも気楽においでください。

★ヨガ・ストレッチ・ダンス教室を開催しました

ヨガ・ストレッチ・ダンス教室が11月4日(水)14時からと19時からの2回、開催されました。ヨガの呼吸法やポーズ、ポールを使ったストレッチ、サルサの音楽に乗って簡単なダンスと、盛りだくさんの内容を楽しみました。

次回の開催は11月18日(水)14時からと19時から。場所は社会福祉協議会2F会議室です(道の駅内)。限定8名様、参加費は無料。お申し込みはコミュニティサロンまで。



★第2回 丹波山村・健康ワークショップ開催しました

今年度2回目の健康ワークショップを11月8日(日)に開催しました。18名の方々にご参加いただきました。



次回は11月29日(日)13時から丹波山村交流促進センターで行われます。参加費は無料です。12時30分に小袖回転場、12時40分に鴨沢消防会館前に送迎が出ます。

秋の一日グランドゴルフを楽しみませんか

11月19日(木)13時より村民グランドでグランドゴルフの練習会を行います。道具はこちらで用意しますので、運動しやすい服装で13時にグランドへお集まりください。参加費は無料です。



コミュニティサロンでは今年からウエルネス・ラボ化事業を行っています。ウエルネスとは心身の健康、ラボとは実験という意味です。丹波山村コミュニティサロンを有効活用し、心身の健康や自然環境を考えた豊かな暮らし方を皆さんとともに実現させる活動がウエルネス・ラボ化事業です。

コミュニティサロン利用時および、各イベント参加の際は必ずマスク着用をお願いします

イベントの参加申し込み、ご質問はこちらまで
たばやまむらコミュニティサロン TEL 0428-88-0010

(一社) 田舎のチカラ 石川庸三 090-3210-3432

一般社団法人 田舎のチカラ