

2023年(令和5)4月25日

秋篠台“山椒の会”会報第1号



秋篠台山椒の会役員会

4年ぶりに“山椒の会”総会が秋篠台公民館で4月16日(日)開催され、会員総数35出席者24、過半数の出席のもと、金剛会長の挨拶に続き議事が進行、1時間程で終え、新役員6名で今年度の行事を遂行して参りますので、引き続き皆様のご協力をお願いします。尚、会の行事についても貴重なご意見を頂きました。できる範囲で相談していきたいと思っています。

1、健康体操ピラティスのお知らせ

5月11日(第2木曜日)午後2時～3時

講師 高岡 純子さん

バランスのとれた身体にすることを目的として、マットや椅子でゆっくり無理なく行う体操です。

参加費 300円

体操のできる服装で、バスタオル、飲み物、各自持参下さい。



2、いきいき百歳体操のお知らせ

5月18日(第3木曜日)午前10時～11時

映像を見ながら椅子に座ってゆっくり身体を動かします。

また音楽に合わせてポンポンで手足を動かしたりもします。

3、ちぎり絵のお知らせ

4月27日(木)午前10時～12時

ちぎり絵の開催を3月の会報でお知らせしていますが、再度掲載しました。小さな色紙に新聞のカラー紙面を小さくちぎって絵を描いていきます。初めての方も是非参加して下さい。



☆ 総会后、会費1200円全員徴収させていただきました
ありがとうございました。

☆ 新しく入会されました

1組 北之間 琢多子

2組 渡部 育子

☆ 公民館横の花壇に色とりどりの花が咲いています
散歩の折に、お立ち寄りください

パンジー 百日草 つるこ桜 ネモヒラ

ジャーマンアイリス・・・