

2024年(令和6)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

♪春のうらら〜と歌われている桜から、目に鮮やかな青葉に移っていく今日この頃です。4月14日の【山椒の会】総会も多数の参加者を得て無事終わり、令和6年度が始まりました。南濱会長のもと会員の皆様と共に、楽しい【山椒の会】を創って行きたいと思っています。

\*ご要望や、ご意見などありました役員までお知らせ下さい。



ら、

### 1、いきいき百歳体操のお知らせ

5月9日(第2木曜日)10時~11時

DVDの映像を見ながら、椅子に座り、ストレッチ、脳トレ、口腔ケア等、面白く、楽しく行っています。初めての方も是非参加してみませんか。

(日本手ぬぐい、飲み物、各自持参)



### 2、ちぎり絵のお知らせ

5月23日(第4木曜日)

新聞ちぎり絵は新聞のカラー紙面を使い、指でちぎって貼りつけて絵を描くものです。身近な材料で和紙のような風合いと、味わいある作品をつくることができます。世界に一つだけのオリジナル作品をつくってみませんか？

\*各自が用意するもの・・・ピンセット、鉛筆、新聞のカラー部分

\*色紙、綿棒、のり、下絵の参考となる本は準備しています。



### 3、ピラティスはしばらく休みです。

参加者が少なくなっているので自治会にも参加者を募っていきます。

☆☆☆

☆会長、副会長(女性部長)は毎月1回平城地区万年青年クラブの会合に出席しています。加入クラブも減少していますが、秋篠台“山椒の会”は皆様のご協力のもと、頑張っていきたいと思っていますのでよろしくお願い致します。