

2024年(令和6)11月25日

秋篠台“山椒の会”会報第8号



秋篠台「山椒の会」役員会

秋から一気に冬の季節、朝夕の冷え込みも身に伝えますね。
コロナ禍はだいぶ減少になって来ましたが、今年はインフルエンザが流行するとの情報が寄せられています。体調管理に気を付けてお過ごし下さい。

1、いきいき百歳体操

12月12日(第2木曜日) 10時~12時

前回、体力測定の結果報告がありました。それぞれいかがでしたか？
少しずつ体力は、落ちていくようですが、日頃の生活の中で、自分なりに身体を動かして現状維持に努めたいものです。
初めての方も参加大歓迎です。DVDを見ながらのゆるゆる体操や口腔ケアのパタカラ体操などをします。持ち物 日本手ぬぐい、飲み物。

2、クリスマスコンサート開催

12月15日(日) 午後2時~3時 公民館ホール

出口千夏さんによるピアノコンサートです。
みんなでクリスマスソングも歌い、楽しいひと時を。
コンサートの後ティータイムでくつろぎましょう。♡
準備の都合がありますのでコンサートに参加される方は別紙で申し込みをして下さい。
☆また1月には新年会を予定しています。



3、ちぎり絵 奈良市美術館で展示されました。



11月20日~21日、奈良市美術館(ミ・ナーラ5階)
“山椒の会”の12名の皆様の作品を文化展に出品しました。日本画、洋画、工芸、書、写真、手芸、など奈良市万年青年クラブの皆さんの力作が沢山展示されていました。

4、敬老会が開催されました

11月10日(日) 平城小学校で秋晴れの好天気に恵まれ開催されました。

平城こども園のうたとダンス、平城小学校のダンス、平城中学校の吹奏楽など会場いっぱいの観客、楽しいひと時を過ごさせていただきました。♡♡

5、11月17日(日) AEDの講習会がありました

山椒の会会員の方々も、大勢参加していざという時の体験になれば良いと思いました。

