

7月

結の郷

瀬戸谷地区交流センター
(藤の瀬会館)
電話 639-0120
FAX 648-2755

№311
平成27年7月20日

交流センター特別講座

シニア・パワークラブが開講しました



7月16日(木)平成27年度高齢者対象交流センター講座「シニア・パワークラブ」が開講しました。第1回は講座生45名が参加して、開講式と健康講座「ふまねっとで元気はつらつ！」が行われました。藤枝市地域包括支援センター・グリーンヒルズ藤枝から講師8名をお招きして、「シニア世代の食生活のポイント」や「熱中症」についての講話を聞いたあと、2班に分かれて「ふまねっと運動」を行いました。50センチ四方の大きなマス目でできた「あみ」を踏まずに歩くのは、簡単なようで意外とむずかしく、バランス感覚はもちろん注意力や集中力も必要で、皆さん夢中になって運動を楽しんでいらっしゃいました。

今後の予定



9月18日(金) グラウンドゴルフ・昼食会

10月15日(木) 視察研修

11月19日(木) 「歌を味わう」講座

12月17日(木) 陶芸教室

1月21日(木) 開講式

はつらつシニア大学脳学部

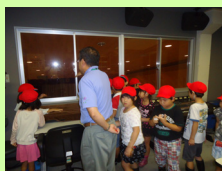


藤の瀬会館探検

藤の瀬会館ってどんなところ？
事務所の人は何をしているの？
お部屋でどんな勉強しているの？

7月3日(金)、瀬戸谷小学校2年生11名と引率の先生が「地域探検授業」として藤の瀬会館を訪れました。職員の案内で館内を一周して施設の様子や職員の仕事内容などについて学習しました。

はじめて見聞きすることもあり、「全然、知らなかった。」という声もあがりました。昨年施設探訪をした上級生から様子を聞いていたのか、普段立ち入りできない場所を見学したときには全員目を輝かせて、興味津々。藤の瀬会館の新たな一面を知るいい機会となりました。



歌おう集会

6月25日(木)、瀬戸谷中学校で瀬戸谷小学校5、6年生も参加して「歌おう集会」が行われ、小学生たちの澄んだ歌声と、中学生たちの迫力ある歌声が会場に響き渡りました。少人数ながら、皆がひとつになって一生懸命歌う姿に、父兄の皆さんも聞き入り拍手を送っていました。



心に響く歌声でした。

グリーンカーテン

今年もゴーヤを植えました!!



七夕飾り



瀬戸谷小のみんなが
願い事を書いてくれました。

3館合同「稲瀬・葉梨歴史の旅」

6月26日（金）富士宮市の史跡探訪

*富士山本宮浅間大社



*北山本門寺



家康ゆかりの神社や日興ゆかりの寺などを訪れ、その建築物の素晴らしさに目を見張りました。

*大石寺



“富士五山”の一つで、日蓮宗大本山の一つでもある。境内には、大本山にふさわしく老樹が茂り風致に富み、日興が題目を唱えながら植えたという杉の巨木が県の天然記念物として残っている。

“富士五山”の一つで、日蓮正宗の総本山。広大な境内は、正本堂をはじめ、巨大堂宇や塔中坊が建ち並び、総本山にふさわしい一大法境を形づくっている。

現在の社殿は、徳川家康より寄進されたもので、“浅間造”とよばれる特殊な様式をもつ。境内には、市内を流れる神田川の水源地で富士山の雪解け水が湧き出ている湧玉池があり、湧水量は一日二十万トンと豊富である。

ミニランボーク講座

ミニランボークとは？

どんな効果があるの？

- * バランス感覚の向上
- * 筋力アップ、転倒予防
- * 姿勢の改善
- * メタボリックの改善
- * 腰痛・肩こりの改善

直径約90cmのミニランボリンの上でウォーキングを行うものです。15～20分ほどの短時間で効果的な運動ができます。「ミニランボリン」の中心では体重の60～70%が吸収され、足腰への負担が少ないため、腰や膝に不安のある方などにもオススメです。

ストレッチで身体が柔らかくなりました。

募集！

～路線バスで行くバーベキュー合コン～

BBコン

日時：9月26日（土） 11:20～18:00

場所：大久保キャンプ場

※11時20分に藤枝駅北口バス乗り場に集合後、路線バスで現地へ移動します。

対象：20歳以上の独身男女

定員：男性、女性ともに各5名（瀬戸谷限定枠）

費用：男性 6,000円、女性 2,500円

申込み：瀬戸谷温泉 ゆらく（15時～20時）

（問合せ）TEL 639-1126 担当：片山

主催：瀬戸谷地区路線バス対策委員会

協力：大久保キャンプ場、瀬戸谷温泉ゆらく、藤枝市

☆申込み〆切は8月7日（金）です！

★ 節電のお願い

本年度も地球温暖化防止対策の一環として節電をしております。ご不便をおかけ致しますが、皆様のご理解・ご協力をお願い致します。



★ さんさん市のお知らせ

朝市：7/26、8/2、9、16、23、30
フリーマーケット：8/2 ※雨天中止
いずれも 6時半～

2015

終戦から70年



非核・平和写真展

～平和の意味を改めて考えよう～

日時：8月7日（金）10:00～17:00

8月8日（土） 9:00～15:00

場所：稲葉公民館

内容：写真パネル・戦時下資料展示

ビデオ上映

紙芝居（8/7）

平和コンサート（8/8）

入場無料

主催：非核平和都市ふじえだ・市民の会

問合せ：向島春江さん宅 TEL 639-0300