

生涯学習活動部

(ご報告)「季節の花を描く」を(昨年12/8)3年ぶりに開講しました。年賀の挨拶にも利用できるような画題を選びました。小学生のとき以来初めて絵具を使った方もおられ、わいわい、がやがやと楽しいひと時を過ごせました。



【学んでイキイキ! 生涯学習活動部講座のお知らせ】

「優しい論語」

日時:2/16(木) 14:00~15:30
講師:山 泰幸氏(関西学院大学教授)

「日本の古典文学」

日時:2/23(木) 14:00~15:30
講師:丸山 安久里氏(元高齢者大学講師)

上記2講座いずれも → ※会場:中山台コミュニティセンター ※参加費:無料 ※定員:20名
お問い合わせ先 田邊 ☎0797-88-7445

子ども活動部・スポーツレクリエーション活動部

子ども活動部よりお知らせ

2月19日「カブラ大会」 14:00~16:00 コミセンホール

スポーツレクリエーション活動部からお知らせ

共催:子ども活動部 放課後子ども教室「お〜い!遊ぼうよ」

チャレンジスポーツ<小学生部>

- ・日時:3/4(土) 10:30~11:30 ※申込期限:2/25(土)
- ・会場:コミセンホール
- ・活動種目:ラダーゲッター・モルックなど



ラダーゲッター



モルック

- ・対象:幼児~小学生(幼児は保護者同伴でお願いします。 ※持ち物:水分・汗拭きタオルなど ※参加費は無料

ご家族での参加も
大歓迎です!

参加申し込み

nakayamasuporeku@gmail.com
または080-1470-5881(増田)に
SMSにてお願いします。
その際、参加者のお名前、
学年(または年齢)をお知らせください。

地域文化活動部

年末恒例の第九「ウィンターコンサート」が開催されました。

日時:昨年12月25日 14:00 開演 於:ベガ・ホール

天候にも恵まれコンサートは盛況裡に開幕、「オペラ座の怪人」から「水のいのち」、「美しく青きドナウ」まで、たっぶりの合唱と演奏をお届けできました。



「スプリングコンサート」のお知らせ

- ・日時:令和5年3月5日(日)午後
 - ・会場:中山台コミュニティセンター3階多目的ホール ※入場無料
 - ・出演:第九指導の講師・ピアノ奏者メンバー
- プログラムは乞うご期待!! 問合せ先:寺川 0797-88-4390

お詫びと訂正

コミュニティ11(第149号11/12発行)に掲載の「第九を歌う会・ウィンターコンサート」について、入場料1,200円のところが2,000円と表記しておりました。遅ればせながらお詫びして訂正させていただきます。

福祉活動部

福祉活動部からのお知らせ

「最近聞こえにくくないですか?」主催:くらしのパートナー
日時:昨年11/7(月) 於:ファミリーセンター文化教室・六丁目集会所
講師:宝塚中途失聴・難聴者の会代表大村陽一さん
認定補聴器技能者 川内泰士さん
難聴についての体験談や補聴器について、初のリモート講演会を試みました。次回は補聴器の展示会も計画中です。ご期待ください!



「クリスマス会食会」 主催:なごみ会・ランチ愛 日時:昨年12/14日(火) 於:コミセン多目的ホール



一年ぶりに会食会を実施。久しぶりに皆さんのお元気な笑顔に出会い、楽しい食事会となりました。

宝塚市社会福祉協議会 中山台地区センターよりお知らせ

赤い羽根共同募金運動 公募配分活動団体募集!

■助成目的・対象

- ・安心、安全に暮らし続けられる地域社会づくりを目的とした新規活動の立ち上げ
- ・コロナ禍における新たな形の地域活動や生活支援に関する活動など

■配分金額:1事業(団体)あたり300,000円以内

■対象となる事業(活動)の実施期間

令和5年4/1~令和6年3/31に実施する事業(活動)、または立ち上げる事業(活動)

■募集期間:令和5年1/5~同年2/15

■相談会 参加ご希望の方は下記までご連絡ください。

日時:令和5年1月20日(金) 10:00~11:30

場所:宝塚市総合福祉センター 特別会議室(宝塚市安倉西2丁目1-1)

電話:0797-86-5000 ファックス:0797-86-5069



花屋敷だより ♪いい湯だな...♪

寒い日は、熱めのお風呂に入って体を温めたいところです。

一番負担が少ないのは38℃~40℃と言われていますが、

一般的な給湯設定では42℃が適温とされています。浴室内・脱衣所を

あらかじめ温めておくことで42℃でもじんわりと汗をかく程度まで温まることができます。

入浴は、体を温め、循環を良くする効果がある一方、負荷もかかります。

高齢の方、循環器疾患の持病をお持ちの方は、適温守り、長風呂せず、できれば夕方までにすませましょう。

花屋敷地域包括支援センター (072-740-3555)



社会福祉法人晋栄福祉会 中山ちどり
見学のご希望、介護に関するご相談がありましたら
お気軽にご相談ください。 0797-82-0201

大阪ガスグループ アクティブライフ中山倶楽部
住宅介護支援・ホームヘルプ・デイサービス
お気軽にご相談ください。 0797-82-3200