

# 前段通信

前段談話室

NO. 19(10月号)

随時発行

朝晩は涼しくなって、もうすっかり秋ですね。  
急な気温の変化で体調を崩しやすい時期なので、みなさん体調管理に  
気を付けましょう!(^^)!



## ★ イベント紹介 ★

### スポーツ吹き矢

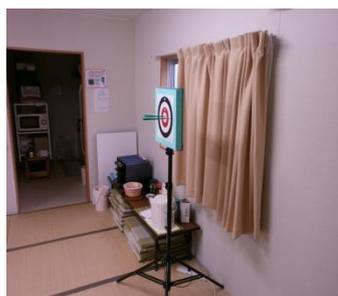


9月13日(金)に生涯学習  
課が主催する『スポーツ吹き矢』  
がありました。

筒の長さはだいたい2mくらいで、材質は釣  
竿と同じ物だそうです。

矢の長さは15cmくらいで、先端は釘が付  
いていて、吹き口にあたる部分は円すいの形に  
なっています。

吹き方にコツがあるようですが、12回も吹  
けば慣れて、的の中心付近にも当たるようにな  
ります。楽しかったです\(^o^)/



## の行事予定



- 2日(水) 楽しく体操(包括支援センター)  
13:30 ~ 15:00
- 7日(月) 健康相談(予防医学協会)  
11:00 ~ 12:00
- 9日(水) えほんカー(図書)  
13:30 ~ 14:00
- 12日(土) マッサージ(安藤さん)  
9:30 ~ 11:00
- ※フェイスタオルをご持参ください。
- 15日(火) 思い出の品返還(ぐるっと大槌)  
10:00 ~ 15:00
- 23日(水) えほんカー(図書)  
13:30 ~ 14:00
- 25日(金) ふれあいサロン(生協)  
13:00 ~ 15:00
- 30日(水) 健康棒を使って  
マッサージ・ストレッチ  
(ハーモニー気功会)  
13:30 ~ 15:30

### 談話室から

支援員の伊藤真喜子さん  
が9月で退職しました。  
メンバーが1人減りますが、  
これからも宜しく  
お願いします m(\_)\_m

### お知らせ

10月14日(月)は、  
祝日のためごみの収集は  
ありませんので、ご注意  
下さい。

