

げんき つくばかい いいなかま つくろうかい
元気つく場会(いい仲間つく浪会)
しゃべり場 開催のご案内

平成30年5月6日

皆さんお元気にお過ごしでしょうか。

今年は本当に季節の巡りが早いですね。
すっかり新緑の季節が過ぎ去り、暑さを感じる日が多くなっています。熱中症のニュースも聞かれるようになっていきますので、みなさん、くれぐれも暑さにご注意ください。

さて、先月実施した「たけのこ収穫祭」はいかがでしたでしょうか。
今年も、たくさん収穫ができ良かったですね。皆さんそれぞれに美味しくいただけたのではないかと思います。我が家でもいろいろな味わいを楽しむことができました。
たけのこの収穫場所をご提供いただいた岡田さんと介援隊さんに感謝ですね。

今月の活動は、なんとといっても「健康第一!!」ということで、昨年10月に実施した簡単な体力測定とカラオケ体操を実施いたします。

つくば市では『健幸長寿(けんこうちょうじゅ)日本一をつくばから』をスローガンに、健康寿命の延伸に向けた各種取組みを実施しています。

健康長寿は私たちにとって最も重要かつ普遍のテーマであり、今回の活動がその一助になれば幸いに思います。ぜひ、たくさんの方のご参加をお待ちしております。

なお、午後はしゃべり場の予定ですが、ミニ収穫祭の可能性もあります。ある作物をターゲットにしていますが、生育次第ですので、実施できるかどうかは???

日時: H.30. 5月27日(日) 10:00 ~ 15:00

場所: 桜老人福祉センター つくば市栗原2470(☎029-857-6328)

内容: 午前:体力測定とカラオケ体操など 午後:しゃべり場

- ・空いている時間にお風呂の利用が可能です。各自でタオル等を準備願います。
- ・軽食を用意いたしますのでお手軽にお越し下さい。
- ・参加される方は、5月22日(火)までにご連絡ください。

連絡先 : 元気つく場会(いい仲間つく浪会) 代表 古場
☎ 090-7790-9574 、 090-7076-2374



たけのこ収穫祭
今年もたくさん収穫
できました。



介援隊さんとの交流会
会長の印南さんのご挨拶



おいしいたけのこ料理でした



介援隊さんとの交流会

