

私と家族の「そうぞく」講座
9月2・9・16日(金)

シューフィッターに教わる
正しい歩き方と靴選び
9月14日(水)



「そごう横浜」から最上級・上級シューフィッターのお二人を招き、お話を伺いました。正しい歩き方には正しい姿勢や靴のフィッティングが大切であることを実践を交えて学びました。また、靴による足のトラブルの怖さも気づかされました。



3日間にわたって
◎「相続と争族」のはなし
◎「最適なMYライフ&エンディングを考えよう」
◎『笑顔を運ぶ遺言のはなし』
についてのお話を聞きました。
途中体操をしたりとリラックスしながら話が進みます。
個別の質問もたくさん出ました。



減災行動のススメ
9月28日(水)

田口南消防署大岡消防出張所長が
ビデオを交えて「減災行動の大切
さ」をお話しました。

一人ひとりの自助が共助につなが
る。備えあれば患いなし。
日頃の取組と意識することの大切
さを再確認しました。



ファミリータイム
リトミック
9月17日(土)



リトミック(^.^)
たくさんのお友達が参加してくれました。
飛んだり跳ねたり、リズムに合わせて
踊ったり、楽しい60分でした。

パソコン・スマホ・タブレット相談会
9月18日(日)



毎月第3日曜日
13時30分～15時30分
大岡地区センターで行っています。
1回500円です。
MacPC以外対応できます。
ご自身のパソコン、スマホ、
タブレットお持ちください。

IT24会のベテランスタッフが
丁寧に対応します！



写経の時間(和室開放)
9月8日(木)



写経(和室)は、
5・6・8・9・11・12・2・3月

14時～19時部屋を開放して
います。



和室写経のお部屋です。椅子席もあり落ち着いた
環境の中でゆっくりと写経していただけます。
毎回たくさんの方に写経をして頂いております。

季節のミニイベント
十五夜



台紙にお月様やお団子シール・うさぎさん
を貼って『十五夜お月様さま』たくさん
のお友達が参加してくれました。