

回覧 おにし地域だよい

令和6年度

令和6年(2024年)5月15日号 発行:地域づくりセンター鬼石 鬼石 170-1(電話:52-3881)

参加無料!

あなたは大丈夫?フレイル予防講座



フレイルとは?加齢とともに心身の活力が低下し、健康障害を起こしやすくなつた状態のこと。病気ではないけれど、健康と要介護の間の段階を指します。

今回の講座では、フレイルから介護につながる危険信号を見逃さないための予防法をご紹介します。

人生100年時代を豊かに生きるヒントをみつけてみませんか?

日時:6月20日(木) 13:30~14:30

会場:地域づくりセンター鬼石 講堂 募集人数:30人

募集期間:6月3日(月)~6月15日(土)に地域づくりセンター鬼石
(52-3881)へお申し込みください。

健康チェック(血管年齢測定等)も実施しますので是非ご参加ください!!

映画鑑賞会入場券販売開始!!

地域づくりセンター鬼石、市役所市民相談室にて映画鑑賞会入場券の販売を開始しました。直木賞を受賞した門井慶喜の小説を、役所広司・菅田将暉ら豪華キャストで映像化した「銀河鉄道の父」を上映します。生前は無名であった宮沢賢治を支えた父と家族の絶対的な愛を描いた物語です。多目的ホールの大きなスクリーンでお楽しみください。

「銀河鉄道の父」

上映

6月16日(日)

時間:13:00 開場 / 13:30 上映

会場:鬼石多目的ホール ホール2

定員:171人(自由席)

入場料:500円(入場券を事前購入してください。)



新しい教室が始まりました

アロマと美容・健康法教室

健康年齢マイナス10歳を目指す体のつくり方を、アロマを取り入れながら学びます。

初回は自己紹介に始まり、パッチテストや、自分の好みの香りをたくさんあるアロマオイルの中から探しました。教室中がとても良い香りに包まれて、癒しのひと時となりました。



フラワーアレンジメント教室

先生の「お手本はありません。」という言葉から始まったフラワーアレンジメント教室。みなさん思い思いに仕上げていき、先生のアドバイスが加わると更に納得の仕上がりに!!

同じ材料からそれぞれ違う出来上がりに♡これがフラワーアレンジメントの醍醐味だそうです。



次回はパン・焼菓子教室の様子をお伝えします♪

鬼石カラオケクラブ発表会

令和6年度、一回目の鬼石カラオケクラブ発表会を行います。参加は会員のみとなります。観覧は自由となっています。会員の練習の成果をご覧ください。また、カラオケクラブの雰囲気を体感し新しく仲間に加わるきっかけにしてもらえると幸いです。

日時:6月1日(土) 8:30 開場 / 9:00 開始

会場:鬼石多目的ホール ホール2

参加者:鬼石カラオケクラブ会員

観覧:自由

