

しんさか

発行 令和元年 12 月 5 日

編集 新坂自治振興区

TEL/FAX 08477-2-2252

HP <http://shinsaka.server-shared.com>

E-Mail shinsaka@vesta.ocn.ne.jp

新坂自治振興センター年末大掃除と消防訓練へご協力をお願いします

センター年末大掃除の前に、消火器を用いての消火訓練を行います。いざというときに落ち着いて行動できるように大勢ご参加ください。お忙しい時期ですが、ご協力をよろしくお願いします。

○日時：12月15日（日）午後1時30分から

○場所：新坂自治振興センター



新坂老人会「年忘れ会」を開催します 🎉🐦🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸

喜寿・米寿の会員をお祝いし、会食をして親睦を深めましょう！ 大勢ご参加ください。片道200円で送迎もご利用いただけます。

○日時：12月18日（水）午前10時30分から午後12時20分頃まで

○場所：新坂自治振興センター

○参加費：2,000円（当日集金）

○参加申込：12月11日（水）までに、各行政区幹事さんへお申し込みください。

○研修内容：人権啓発DVD「ここから歩き始める」鑑賞

認知症と共に生きる をテーマに、高齢者が誇りを持って生きていく上で大切なことについて、家族や地域の視点を通して考えるきっかけとなるドラマです。



11/22(金) 新坂心とからだの元気づくり教室「音楽療法」を開催しました

音楽療法士の方のキーボードにあわせて懐かしい歌を弾いていただきました。

「たき火」では歌の中に「た」は何個あるかを数えながら歌ったり、「さざんかの宿」を手でグーチョキパーをしながら歌ったり、全部で10曲歌いました。

歌うことは左右どちらの脳も使うようで、歌いながら手や体を動かすとより脳が活性化されるそうです。

最後に「故郷」を歌いました。この歌は、東日本大震災の時、避難所で真っ暗な中みんなでお歌われたそうで、“音楽は心に届くもの”というお話が印象的でした。

参加されたみなさんは「声を出して歌って楽しかった。」「また計画してほしい！」と言われていました。とても楽しい音楽療法でした。



11/19～ 花を贈りました



75歳以上の一人暮らしの方へ、今年も花のプレゼントをお届けしました。今年は「シクラメン」です。「まあきれい！元気がでるね。長持ちするよう私も元気でお世話していきます。」「去年の花も今年も元気に咲いていますよ。」という嬉しい声もありました。とても喜んでいただけたようでした。みなさんいつまでもお元気でいてください！

11/21（木）、28（木）パソコン教室を開催しました

どなたでも参加でき自由に質問できるスタイルのパソコン教室を始めました。みなさんそれぞれに聞きたいことを質問され、「解決して良かった」と知識を習得されました。

12月も開催しますのでお気軽にご参加ください。

○日時：12月12日（木）・19日（木）午後1時30分～午後3時

○場所：新坂自治振興センター ○参加費：無料（テキストは用意しません）

○申し込み：開催日の1週間前までにセンターへ（電話 2-2252）



11/14（木）老人会研修旅行を開催しました



朝は少し冷えましたが良い天気です。青空のもと研修を行うことができました。今年には地元の名所を訪れようという内容でした。遊覧船に乗り、紅葉に囲まれた神龍湖を周遊しました。久しぶりに乗る遊覧船に、みなさん笑顔で楽しまれていたようでした。養浩荘でおいしい昼食をいただいたあとは帝釈峡まほろばの里時悠館へ行きました。三坂の犬塚古墳についての展示も見ることができました。近場の研修でしたが、地元の宝を再発見できる研修となりました。

新免編み物教室のご紹介

* 毎週火曜 午後1時から 新免集会所で開催♪

編み物が得意な方を中心に楽しく活動されています。

「みんなで寄っておしゃべりもしながら編み物をして、認知症予防にもなる。」と笑顔で言われています。ご自分で編まれた帽子やベスト、カーディガンなどを着て行事に出られているのをお見かけしますが、お出かけもより一層楽しくなりそうですね！

12月8日（日）開催の「新坂敬老会・レコードコンサート」でさまざまな素敵な作品を展示されますので、みなさんぜひご覧になってください。



ご厚志のお礼

Web版には掲載しておりません