



いなほ通信

喜べば喜びごとが喜んで喜びあつめて喜びに来る

9月号

発行日...2014/9/1

発行者...いなほの会

発行責任者...村上幸子

◆10月1日(水)午前10時 開催本田コミュニティーセンター 2階会議室

「老い支度講座」パート2 ～「食」から学ぶ長寿の秘訣～

(平成26年度岐阜県ボランティア活動振興基金助成事業)

■講師：馬淵 恵 (まぶち めぐみ) 氏 ^{フレック}FREC (株) 代表取締役



「食をそだてる」をモットーに会社FRECを設立し、全国各地を駆けめぐり活躍中。2人の男の子のママさんスポーツ栄養士&管理栄養士。

気さくで明るい性格で、なにより美人。お米どころ秋田出身。ご当地、美江寺にお住まいです。

「おいしい」お話しが聴けるとおもいます。定員は60名です。無料ですのでお誘い合わせてご参加ください。

◆8月21日(木) おしゃべりサロン・シャベル場が開催されました。

盆おどりを踊って、夏の思い出を語り合いました。「火の玉をみたことがあるの。」と真夏の夜の出来ごと、川あそびの様子、ラムネやアイスクャンディーのおいしかったことなど。

おしゃべりしにきてみませんか?次回は9月11日(木)です。

◆8月25日(月) 童謡・唱歌を歌う会・まほろばが開催されました。



① 海②海ほおづきの歌③朝はどこから④お山の杉の子⑤琵琶湖周航の歌

⑥白い花の咲く頃 休憩 ⑦物語歌の紹介(浦島太郎、一寸法師、花咲かじいさん 牛若丸、うさぎとかめ、だいこく様、金太郎、桃太郎) ⑧横せっせ・通りゃんせ

⑨花は咲く⑩おばば ☆もう一度歌いたい曲リクエストは「朝はどこから」でした。

次回は9月22日(月)です。お誘いあわせて歌いにきてください。お待ちしております。

♥この夏は、異常でしたね。猛暑、豪雨、ひょう、落雷、竜巻。自然の恐さを思い知らされます。広島のと土砂災害被災者の方のお見舞い、亡くなられた方のご冥福をお祈り申し上げます。(幸)

《9月・10月の予定》すべて本田コミュニティーセンターです。

・ポレポレ健康体操：9/6, 9/13, 9/20, 9/27 10/4, 10/11, 10/18, 10/25 AM10:00より

・童謡唱歌を歌う会・まほろば：9月22日(月) 10月27日(月) AM10:00より

・おしゃべりサロン・シャベル場～ライフレビューあなたの時をまきもどしてみませんか～

9月11日(木) AM10:00より

10月9日(木) 予定

・研修事業 老い支度講座パート2「食」から学ぶ長寿の秘訣 馬淵恵先生 ご講演

10月1日(水) 10時より 2階会議室

・楽食くらぶが10月より開催。参加される方は申し込み願います。