

たばこ通信 2020.12.10

たばやまむらコミュニティサロン

師走に入り、新型コロナウイルスの感染者も増加しています。感染予防を徹底しながらも体を動かすことは大切です。それぞれが工夫し、元気にお正月を迎えましょう。

～コミュニティサロンからのご報告とご案内～

12月も毎週木曜日は「お話ししましょう（談話会）」を開催。社会福祉協議会の元ケアマネジャーの酒井智子さんがサロンにいます。気楽に話に来ませんか。気持ちがりフレッシュされますよ。サロンでは感染予防は徹底して行っています。マスク着用でぜひお越しください。



★12月17日(木)14時～クリスマス飾り作り

もうすぐクリスマス♪フェルトを使って、クリスマスツリーに飾るオーナメントを手作りしましょう。好きなフェルトや刺繍糸があればお持ちください。



ヨガ・ストレッチ・ダンス教室の開催について

ヨガ・ストレッチ・ダンス教室を12月16日(水)の14時からと18時30分から、社会福祉協議会の2F会議室で行います。限定8名様、参加費は無料です。※マスク着用でご参加ください



～最後の健康ワークショップを開始しました～ 3年間で17回、380名以上の参加を頂きました。

コロナの影響で思うように開催が出来ませんでした。12月29日(日)今年度最後の健康ワークショップを開催しました。今年は結局3回だけの開催となりました。



自粛で、相当筋力・体力が落ちていると思われましたが、皆さまとても元気で柔軟性が少し落ちている程度でした。3年間続けた健康ワークショップは計17回開催し、延べ381名の参加を頂きました。ありがとうございました。



定期的に人が集まり、体を動かすことは心身の健康にはとても効果的です。また開催できることを願っています。



丹波山村コミュニティサロンは
令和2年12月28日(月)～令和3年1月6日(水)まで
正月休暇のため休館となります

コミュニティサロン利用時および、各イベント参加の際は
必ずマスク着用をお願いします

イベントの参加申し込み、ご質問はこちらまで
たばやまむらコミュニティサロン TEL 0428-88-0010
(一社) 田舎のチカラ 石川庸三 090-3210-3432