

新涯学区の敬老者のみなさまへ

新涯学区敬老会開催のお知らせ

祝

ご長寿おめでとうございます！



敬老会対象者の皆さま方の、これまでのご貢献に対して感謝の気持ちと敬意を表すとともに、ご長寿をお祝いするため、つぎのとおり敬老会を開催します。

とき 9月17日（日）受付12時00分から 開始13時00分から

ところ 新涯小学校 体育館

内容 式典・アトラクション（備中子ども神楽・お楽しみ抽選会他）

主催：新涯学区敬老会実行委員会

新涯
かわら版

発行 編集

新涯交流館

☎953-5634

shingai-krk@city.fukuyama.hiroshima.jp



新涯学区敬老会対象者数

※77歳以上(1947年(昭和22年)4月1日以前に生まれた人

1,115人(2023年7月6日現在)

新涯学区最高年齢者

1922年(大正11年)生まれ

102歳



新涯学区まちづくり推進委員会 カルチャールーム



からだをチェンジ！

一生歩けるからだの使い方

人生100年時代の新しい健康体操

とき 2023年9月13日（水）

午前10時～午前11時30分(予定)

場所 新涯交流館 会議室

講師 崎谷 俊明 さん

(からだカイゼントレーナー)

定員 25人前後

(要予約 新涯交流館 953-5634 まで)

持参物 飲み物・タオル（必ず）

室内シューズ・ヨガマット（お持ちの方）



一生自分の足で歩いて、
いつまでも若々しく！



人生を楽しむために、新しい健康体操をはじめませんか？！現在の体格・筋力でも、からだの使い方を「カイゼン」するだけで効率に確実にパフォーマンスをアップさせることができます。

無理せず健康な
身体づくり！



新涯学区まちづくり推進委員会 カルチャールーム

お問合せ・ご予約：新涯交流館（084）953-5634



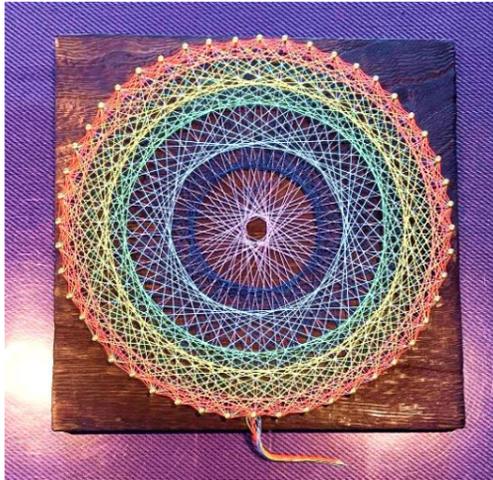
まんだら 糸かけ曼茶羅



ヘタでいい！ヘタがいい！



絵手紙を描こう



とき 2023年10月26日（木）
 午前9時30分～午前11時30分（予定）
 ところ 新涯交流館 会議室
 講師 青寄 多美子さん（絵手紙教室講師）
 定員 10人（要予約）
 材料代 200円
 持参物 汚れてもいいタオル（雑巾）
 ※ 汚れてもいい服装でお越しください



とき 2023年10月19日（木）
 午前10時～午前11時30分（予定）
 ところ 新涯交流館 会議室
 講師 中本 敦子さん（糸かけ曼茶羅講師）
 定員 15人（要予約）
 材料代 1,500円

絵手紙とは、文字通り絵のある手紙のことです。
 ハガキいっぱい描かれた絵と言葉は、素朴で温かな味わいがあります。絵手紙に失敗はありません！
 文章や絵が苦手という方も、初めての方も大丈夫！
 心を届ける絵手紙を体験してみませんか！

糸かけ曼茶羅（いとかけまんだら）とは？

板に釘を打ち込み、糸を規則正しくかけていくことで美しい幾何学模様を紡いでいきます。没頭して作業する過程が瞑想状態に近く、心の浄化や癒しに繋がり、頭がスッキリします。あなたも不思議な時間を体験しませんか？

★ しんがいデジタルあれこれ 無料

せっかくのスマホが「宝の持ち腐れ」になっていませんか？
 便利なデジタルサービスをもっと活用していただくために、講習会を開催します。
 分からない！スマホを使うのが怖い！という方も、スマホでできることを少しずつ増やしてみましよう！

- 10月20日（金）午前10時～12時
「アプリのインストール方法」
（例：アプリの名前から探してインストール）
申込期限：10月13日（金）まで
- 11月24日（金）午前10時～12時
「インターネットの利用法」
（例：ブックマークからページを開く）
申込期限：11月17日（金）まで



ところ 新涯交流館 会議室
 持参物 筆記用具、スマホ
 定員 15人（※先着順 要予約）
 ※ 予約申込時に①名前②電話番号③スマホの有無をお知らせください。
 ※ スマホ未所持の方は貸出可能です。申込時にお伝えください。

ハンコ屋さんが教える



らっかんいん 落款印づくり



（初心者対象）

好きな文字で

福



とき 2023年10月29日（日）
 午前9時～午前11時（予定）
 ところ 新涯交流館 会議室
 講師 高野耕石堂 堂主 井上和義さん
 定員 8人（要予約）
 材料代 500円

落款印（らっかんいん）とは？

書・絵画などに押す印鑑の事。
 落款とは「落成款識（らくせい-かんし）」の略で、作品が完成した際に作者が署名・捺印することをいいます。

新涯交流館 社会教育活動事業