



敬老祝賀会

敬老の日



『敬老の日おめでとうございます。』

9月7日(日)、敬老祝賀会を開催致しました。85名程の皆様が、とっても素敵な笑顔で祝賀会に参加されました。来賓代表祝辞などをいただき、その後のアトラクションは、北九州琴聖会の大正琴演奏、次になかいかくら創作太鼓の方による、とても力強い太鼓演奏を披露していただき、どちらも素敵な演奏で皆さん楽しんでいただきました。お楽しみ抽選会では、当選者には花束・お米が配られました。また今年も、中井小学校の子どもたち・地域の方々から、心のこもったお祝いのメッセージをいただきました。ご協力いただいた皆様、ご参加いただいた皆様ありがとうございました。



なかいかくら創作太鼓演奏



楽しい敬老祝賀会！



大正琴演奏

ふれあい昼食交流会

9月18日(木)、ふれあい昼食交流会が行われました。メニューは、今月にふさわしい「鯛のみそマヨネーズ焼き・チンゲンサイともやしのナムル・とろろすまし汁・にんじん蒸しパン・赤飯」でした。皆さん、とっても美味しそうに召し上がっていました。食後は、城野市民センターウクレレクラブの7人の皆さんに、「真っ赤な太陽・上を向いて歩こう・いい湯だな！」などを演奏していただきました。後半は、皆さん一緒に参加して歌をうたい素敵な時間を過ごしました。ウクレレクラブの皆さん、ありがとうございました。



美味しい食事



ウクレレ演奏！



フラダンスもすてきでした!!



まゆみ俳句会

『ひと鳴きの 狭庭に愁ふ 秋の蟬』 横峯 千賀子
『葦の花 咲くや老眼の 針仕事』 佐々木由紀子
『戦後 八十年の故郷 夏の星』 岡田 千鶴代

家庭教育講座 はじめてのピラティス



9月20日(土)、ヨガインストラクター中尾明子氏による、家庭教育講座「はじめてのピラティス」が実施されました。参加された皆さんは、呼吸に合わせて身体を健康的に鍛えるエクササイズをご自分のペースで頑張りました。終了後は、身体がスッカリ！姿勢や呼吸を意識することに集中し、とてもリラックスできました。この機に是非、ご自宅でも頑張ってください。お疲れ様でした。



1つひとつの動きをゆーっくりと



素敵な中尾先生



呼吸に合わせてのピラティス!!