

「通いの場」通信 第2号

「通いの場」とは、コミュニティールーム「はなみずき」とコミュニティースペース「IVY-LABO」が一体となり、健康的で充実した暮らしを提案し、地域での交流の中でその実現を目指す取り組みです。高齢者も大歓迎の世代交流の場として、心身に潤いを与える、様々な企画を開催して参ります。

コミュニティールーム **はなみずき** & コミュニティースペース **IVY-LABO**

KVS (柏ビレジシンガーズ) はなみずき アフタヌーンコンサート VI

2016年**10**月**1**日(土)

開演 14:00 (開場 13:30)

会場：はなみずき

入場料：500円 (1ソフトドリンク付き)

♪夏の終わりのハーモニー ♪遠くへ行きたい
♪「いちご白書」をもう一度 ♪津軽海峡冬景色
♪「ふるさとの四季」(唱歌メドレー)
♪冬のリビエラ ♪東京ブギウギ ♪北国の春
♪時代 ♪北酒場 ♪熱き心に ♪愛燦燦 他

男声合唱の魅力、楽しさをお届け出来れば幸いです。

予告

第6回楽しいワイン会 ワイン持ち寄り試飲会

2016年**11**月**5**日(土)

17:30 ~ 20:30

会場：はなみずき & IVY-LABO

入場料 700円 (手作りおつまみ付き)

講師：キックマンアカデミー担当講師
「ワインについての楽しいお話し」

※ご自慢のワインを、お一人様1本持参ください

「体操やレクリエーションで 楽しく介護予防」教室

はなみずき & IVY-LABO <共催>

楽しいシニアライフは、体の健康から！

柏市から派遣されたインストラクターの先生の指導の下、音楽に合わせて楽しく体を動かしたり、遊びながら、みなさんの健康づくりのお手伝いをします。参加者のレベルに合わせた軽い運動ですので、どなたでも参加できます。お気軽にどうぞ。体操のできる洋服・運動靴で参加ください。

2016年**10**月**5**日(水)

9:30 ~ 10:30

場所：IVY-LABO

参加費：無料

◎準備体操

◎筋トレや体操

・下肢の運動、転倒予防、上腕・肩中心の運動

◎レクリエーション



予告

「栄養とからだの健康チェック」(講義)

2016年**11**月**9**日(水)

予告

「関節を動かして元気に体操」(実技)

2016年**12**月**7**日(水)

柏市と柏市社会福祉協議会では、今年度からの新しい取り組みとして、高齢者が住み慣れた地域で長く健康で暮らし続けることができるよう、地域の支え合い活動を支援する「通いの場補助金」を開始しました。これに「はなみずき」と「IVY-LABO」が共同場所として応募した結果、柏市のモデルケースにもなるものとして認定されました。今後、この「通いの場」を通じて、体操教室・折り紙・ポールウォーキング・歌声喫茶・各種セミナーなど、いろいろな介護予防の企画を進め、ビレジの他周辺地域に住むみなさんの、心と体の健康作りのお手伝いをしたいと計画しています。「通いの場」の今後の取り組みについて、皆様のご協力、ご参加をよろしくお願い致します。