




浜分コミセンだより

今津浜分コミュニティセンター (22-3269)

令和4年10月1日

10月行事予定表

日	曜日	行 事	⑬	日	習字教室	8:30~12:30
①	土		17	月		午後休
②	日	習字教室 8:30~12:30	18	火		
3	月	 休	19	水	習字教室	13:30~16:30
4	火		20	木	あしたの体操	13:30~14:30
5	水	習字教室 13:30~16:30	21	金	生花教室 クラフトクラブ	10:00~12:00 13:00~15:00
6	木	ソーイングクラブ 13:00~15:00 あしたの体操 13:30~14:30	⑳	土		
7	金	くらしの書 10:00~12:00	㉑	日	習字教室 湖西ホトギス句会	8:30~12:30 13:00~16:00
⑧	土		24	月		午後休
⑨	日	習字教室 8:30~12:30	25	火		
⑩	月	(スポーツの日)	26	水	習字教室	13:30~16:30
11	火	『いつものおかず』教室 10:00~12:00	27	木	あしたの体操	13:30~14:30
12	水	習字教室 13:30~16:30	28	金	くらしの書 手編みクラブ	10:00~12:00 13:00~15:00
13	木	あしたの体操 13:30~14:30	㉒	土		
14	金	くらしの書 10:00~12:00	⑳	日	習字教室	8:30~12:30
⑮	土		31	月		午後休

コロナウィルス感染拡大防止のために活動時間の短縮・マスクの着用・アルコール消毒等のご理解とご協力ありがとうございます。

引き続き ご理解とご協力の程、よろしくお願いいたします。



10月の歳時記

10月は、旧暦の『神無月』と言われています。
暑さも去り、いよいよ実りの季節となります。太陽の光をたっぷり浴びて育った作物が収穫の時期を迎えますね。



令和4年度 第19回浜分文化祭 中止のお知らせ

関係区長さんと区役員の皆様にお集まりいただき、文化祭の開催について協議しました。

滋賀県下の感染状況・高島市内の感染状況も下降気味と考えても文化祭当日は不特定多数の来館が見込まれるので、感染拡大のリスクを考えると今年も中止やおなしという意見が多く出ました。

結果としまして…

残念ですが、今年の浜分文化祭は中止となりました。

作品作りをしてくださっていた皆様・催事のお手伝いを…と心づもりをしてくださっていた皆様。また次回の機会にお力添えをよろしく願いたします。

～イキイキ生活を過ごしていますか？～

コロナ禍での老化進行を防ぐための5つのポイント

- ① 座っている時間を減らしましょう。
- ② 家事(掃除・洗濯・調理など)や畑仕事、庭いじりなど、体を動かすように心掛けましょう。
- ③ 家でもできる運動に取り組みましょう。
(ラジオ体操・テレビ体操・ストレッチ)
- ④ 1日1回(5分～15分位)は外に出て、日の光を浴びましょう。
- ⑤ 今よりも10分多く体を動かしましょう。

(滋賀県人権センター資料から抜粋)



当コミセンでも毎週木曜日午後1時30分～2時30分の1時間程度で『あしたの体操』を実施されています。琵琶湖周航歌に合わせてゆっくりと体を動かす体操です。一緒にいかがですか。