

昭和

ニュース

5月号

No. 8
平成25(2013)年



発行 中野区昭全区民活動センター運営委員会
編集 広報部会 昭和ニュース編集会議
〒164-0001 中野区中野六丁目16番20号
☎ (3368) 8181 FAX (3368) 8168
メール nakano_showa@nifty.com
発行 年間4回

町会・自治会の 地域の支えあい シリーズ①

昭全区民活動センター運営委員会の地域には7つの町会・自治会があります。各地域で高齢者が家の中ばかりにいるのではなく、地域とつながっていきけるよう、工夫を凝らし様々な活動をしています。今回はそんな楽しい集いの一部をご紹介します。まだ参加されていない高齢者の皆さん、ぜひ、お気軽にご参加ください。

打越町会

ヨガ教室は、地域の皆様のコミュニケーション作りと健康増進、寝たきり予防、運動不足解消などの目的で平成22年7月にスタートしました。

毎月第4日曜日午後2時から3時まで、メイプルガーデン(旧愛成学園)をお借りしてやっております。

手足のストレッチから始めるのでどなたでも無理なくできます。掲示板にチラシでご案内しますので、近隣の町会・自治会の皆様もお気軽に参加して下さい。



狭い場所でも簡単にヨガポーズはできます。



皆さんでする「ヨガ」はとっても楽しいです!

昭三自治会(友の会)

昨年の7月より奇数月の第2火曜日、午後1時30分から昭三公園の前のお宅をお借りして映画会を開催しています。むかし懐かしい映画の鑑賞の後、参加者の皆さんでお茶とお菓子をいただきながら、映画の感想など楽しくおしゃべりをして過ごします。チラシは自治会掲示板に掲示します。お気軽にご参加ください。

和気あいあいと楽しくおしゃべりも弾みます。



第15回 昭和5町会ファミリー運動会

昭和せくべつ駐在所

3月12日から清原寺前駐

在所より昭和せくべつ駐在所に名前が変更になり、移転しました。

所在地

中野区上高田1-2-51

由来 旧管轄が昭一・昭二・桜山であり、面している道路が昭和通り(現早稲田通り)と呼ばれていたこと、桜が多いことから住民との協議の上名づけられました。



【4月1日付異動】

「こじんちちはー」

事務局長 城内 弘二
事務局長 浅井 あまみ

区職員 巻野 正利

(桃園区民活動センターより)

「おびんぎわいー」

事務局長 藤田 喬

事務局長 林脇 洋子

区職員 飯島 光子

昭全区民活動センター

運営委員会だより

〈支えあい部会〉

『すてっぴサロン』

70歳以上の方を対象に、明るく、楽しく、いきいきと過ごせる場として、原則、毎月第4木曜日に開催しています。なお、8月と1月はお休みです。

2月28日第9回

テーマ「あったか体操」

3月28日第10回

テーマ「認知症の予防について」



※6月までの月例会開催日は

4月25日第1回実施

テーマ「おひとりさまのバランス食について」

5月23日第2回

6月27日第3回

詳細はチラシや掲示板で確認ください。

〈地域事業部会〉

3月9日

・むかしあそび(世代間交流企画)