



# 女性の会「ひまわり」

## ■ シルバー移動カフェを開催しました

**元気でいたい、楽しいこと大好き  
おしゃべりしたい、友達をつくりたい**



そんなあなたのための移動カフェで活躍するためにカフェ担当者は先進会場に研修に向き、不慣れな体操に汗をかき、人前で話すむずかしさを知り、ようやく初日を迎えました。

9月26日 「里区集会所」は参加者よりご心配いただいた関係者の人数が多く、会場内は熱気に包まれました。その後も「ファイン桜が丘」、「光台コミュニティホール」と緊張感の中ではありますが参加者の目線に立ち優しい笑顔で対応することができるようになりました。

新分野の事業であることで今後の展開は不安定ですが、平成29年3月末まで以下の会場で脳トレ、健康体操などを取り入れて高齢者の心身の健康予防に尽力していきます。ぜひ会員の皆さんも一度、顔を出してください。お待ちしております。



缶積み競争



健康体操



風船バレー

## 移動カフェ予定表

	精北エリア	山田荘エリア	東光エリア
場 所	里区集会所	ファイン桜が丘 《さくらホール》	光台コミュニティホール
開 催 日	1/23、2/27	1/10、2/14	1/13、2/10
内 容	「お正月の思い出」「寒い日の暮らし方」を含む自己紹介コーナー、ビンゴゲームや輪ぐりあそび、健康体操などみんなで一緒に時間を過ごします		
時 間	午後1時30分～3時		
参 加 費	1回 300円（飲み物付）		

お申し込み、お問い合わせ先 センター 98-0510（事務局 藤田）

## ■ 「本当？ まだ先のこと！」授業、結果報告

平成28年11月15日（火）午前10時から12時まで、シルバーセンター多目的室において、女性の会「ひまわり」の授業「本当？ まだ先のこと！」を開催しました。

株式会社花駒の代表取締役上野雄一郎氏を講師に迎え、「こんなに変わってきました、最近のお葬式事情」と題して解説していただきました。

お葬式をする意味や戒名のしくみなどはクイズも交えてたいへんわかりやすいお話で、お土産にエンディングノートも配布されて大好評の授業になりました。