

このまちで

いつまでも

元気で

楽しく

暮らしたい



発行日 平成 25年8月10日
第35号

発行 アダージョ
〒252-0134
相模原市緑区下九沢 1713-3-602
☎090-7235-6021 (高橋)
042-761-6694 (神保)

参加者数(延)： 8098名
(7月31日現在)
《7月の参加者：284名》

機関紙「みんな」9月

なんちゃって陶芸教室
7月11日(木) 10名



グラタン皿と一輪挿しを作りました



“わいわいランチ”“ちょこっとプラス”
7月31日(水) 13名



お弁当を持ち寄って
「わいわいランチ」



そして食後の運動、「ちょこっとフラ踊って見ま専科」



今年も華麗なるダンサー勢ぞろい

“アロハオエ”
を覚えました。



最後はやはり歌で。 「ちょこっと歌いま専科」



麵's 倶楽部

7月4日(木)、17日(水) 9名

発足2周年となる麵's 倶楽部。
この夏の暑さより☆熱く!!
向上心に燃える男達。
定例会が月2回になりました



試食! 本日の出来栄は!

詩吟教室

7月18日、25日(木) 11名



デビュー2年目。
成果発表「温習会」

この夏もみんな元気

- ◆「生伴奏で歌いま専科」(大沢公民館) 15日 (58名)
- ◆「もっともっと歌いま専科」
4日、10日、18日、26日 (129名)
- ◆「気軽に健康体操」 2日、16日 (8名)
- ◆「ピースステッチ教室」 23日、24日 (17名)
- ◆「生伴奏で体操しま専科」(グリーンヒルズ相模原)
4日、11日、25日 (29名)

高橋由香子のブログ『健康サポーターH&S』もご覧ください
<http://blog.goo.ne.jp/koizumi2006>

2013年 9月 みんなカレンダー

開催場所の記載のないものは全て「大沢みんなの館（いえ）」で開催

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 気軽に健康体操	4	5 麵's 倶楽部 もっともっと 歌いま専科	6	7 杜のホール 「生伴奏で歌いま専科」
8	9	10 ビーズステッチ 教室	11	12 詩吟教室 もっともっと 歌いま専科	13 「生伴奏で体操しま専科」 (グリーンヒルズ相模原)	14
15	16	17	18 麵's 倶楽部 もっともっと 歌いま専科	19 詩吟教室	20	21
22 大沢公民館 「生伴奏で歌いま専科」	23	24	25 ビーズステッチ 教室	26	27 もっともっと 歌いま専科	28
29	30					

生伴奏で歌いま専科

杜のホールはしもと
多目的室

9月7日(土)
10:00~11:40
(開場 9:40)

参加費：1000円

(当日、直接会場へお越しください)

伴奏

ピアノ：高橋 由香子

歌のリーダー

小泉 勝男

歌詞集《秋》よりリクエスト
にお応えいたします。

大沢公民館 「生伴奏で歌いま専科」



9月22日(日)

10:00~11:40

参加費：200円

(当日、直接会場へお越しください)

歌詞集《秋》よりリクエスト
にお応えいたします。

もっともっと歌いま専科



高橋由香子のピアノ伴奏

参加費：500円

13:30~

歌の後はくつろぎ ティータイム

※日程はカレンダーを

ご覧ください



「大沢みんなの館（いえ）」案内図



〒252-0134

相模原市緑区下九沢 2032-29 (神保)

☎042-761-6694

〈交通〉 JR橋本駅南口よりバス8分

「上中ノ原団地」下車すぐ

②のりば (57系統)

望地キャンプ場入り口行 (榎戸経由)

③のりば (36系統) 上大島行 (六地藏経由)

(34系統) 上溝行 (作の口経由)

気軽に健康体操

指導：高橋由香子

9月3日(火)

10:30~

参加費：500円

麵's 倶楽部定例会

(男性限定)

蕎麦打ち同好会

9月5日(木) 18日(水)

10:00~

参加費：200円(材料費別)

グリーンヒルズ相模原1階会議室

「生伴奏で体操しま専科」

指導：高橋由香子

9月12日(木)、26日(木)

参加費：500円

詩吟教室

講師：志田岳富先生

9月12日(木) 19日(木)

10:00~

参加費(月1000円)

☆「大沢みんなの館（いえ）」

利用回数券発売中

3000円(500円券7枚)

《お問い合わせ》090-7235-6021(高橋)

042-761-6694(神保)

mail:

sj-franan@jcom.home.ne.jp