

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4 弁護士 司法書士の 相談会 14時~16時	5	6 吉川先生の ストレッチ & マッサージ 10時~12時	7 移動図書館 14時30分 ~15時30分
8	9	10	11 ノルディック ウォーキング 13時30分 ~ 15時	12 ウォーキング 講習会 10時~12時	13	14
15	16 敬老の日	17 陽だまりの会 (食生活改善 教室) 10時~13時	18	19 	20 彼岸入り	21
22	23 秋分の日	24 陽だまりの会 10時~12時	25	26 彼岸明け	27	28
29	30	*毎週水曜日は、手芸の日になってます。				

9月の歳時記

- 16日 敬老の日 従来、老人の日だった9月15日を名称を変えて祝日とし、2003年より、9月の第3月曜日を敬老の日としました
- 19日 十五夜 旧暦の8月15日を「十五夜」 中秋の名月と言います
十五夜は満月のことなので、年に12回又は13回めぐってきますが、旧暦の8月は1年のなかで最も空がすみわたり、月が明るく美しいとされていました
- 23日 秋分の日 昼と夜が等しくなるこの日を境に徐々に日が短くなります



今月の花 桔梗

※ お知らせ

イベント予定のない日は集会所ご利用できます。
手芸、和裁、綿入れ作業、ハウスメーカーさんとのご相談、我が家の行事など・・・ 土 日もOKです
自治会又は支援員に声をかけて下さい。

※イベントの紹介

12日 10時から ウォーキング講習会
毎日ウォーキングに汗している方、これからウォーキングを、と思っている方、腰や膝への負荷を気にされてる方、お話と実技をまじえて紹介します。
体重測定や健康チェックもおこないます。
ウォーキングで健康維持

仮設住居敷地内でマムシ退治！

仮設住居玄関前にてマムシが発見されました
小さいマムシでしたが「住居侵入」となりますと大変な事になります
玄関網戸の戸締りはしっかりと！

血圧計・体重計
集会所に常備しております
いつでもご利用できます

