

大乗地域交流センターだより

令和8年8月号 Tel・Fax 27-0941

今年の夏も大変暑いですね。十分に水分補給をし、熱中症には気をつけましょう。涼しいところで過ごすようにしましょう！

元気になる体操

普段使えていない体の部位を、伸ばす・捻る・反らす・丸めるなど色々な動きで使っていきます。椅子に座ったままでできる【元気になる体操】です。終わった後には体スッキリ、元気が出ますよ！暑い中、スッキリ汗をかいてみませんか？

日 時：8月25日（火） 10:00～11:30

場 所：大乗地域交流センター

講 師：一田 園子先生

持参物：飲み物・フェイスタオル

申し込み：大乗地域交流センター *ㄨ切 8月18日（火）

布ぞうりづくり

7月23日（木）、30日（木）の2回にわたり、岸本このみさんのご指導で布ぞうりづくりを実施しました。不要になったTシャツなどを利用しました。編みはじめは苦労しましたが、慣れると作業も進み、ステキなぞうりが出来上がりました。余った布も掃除などに使えるように切り分けました。



*裏面に令和8年度 大乗地域交流スポーツ大会の開催要項を載せています。ご覧ください。

8 月 行 事 予 定 表 （ 9 月 5 日 ま で ）

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
						8/1 舞踊 13:30
2	3 歌声 13:30	4 1111体操 9:30 3B体操 14:00	5 アロマ 10:00	6 卓球 13:30	7 パソコン 9:30 卓球 9:30 囲碁 13:00	8
9	10	11 山の日	12	13 事務室休み	14 事務室休み	15
16	17	18 1111体操 9:30 3B体操 14:00	19 子ども3B体操 10:00	20 子ども3B体操 10:00 卓球 13:30 親子ストレッチ 19:00	21 パソコン 9:30 卓球 9:30 囲碁 13:00	22
23	24 写真 9:30	25 元気になる体操 10:00 3B体操 14:00	26 ハーモニカ 9:30	27 写真 9:30 親子ストレッチ 19:00	28 パソコン 9:30 卓球 9:30 囲碁 13:00	29
30	31	9/1 1111体操 9:30 3B体操 14:00	2 G.G. 8:00 クラフト・ブ'手芸 9:30	3 若竹 13:30 卓球 13:30	4 G.G. 8:00 パソコン 9:30 卓球 9:30 手づくりパ'㉓ 9:30 手づくりパ'㉔ 13:00 囲碁 13:00	5 舞踊 13:30

令和 8 年度 大乘地域交流スポーツ大会

～ウォークラリー 福田を歩こう～

開催要項

主 催	大乘地域交流センター
共 催	福田町自治会 大乘自治会 高崎地区自治会 大乘地区協働のまちづくりネットワーク
開催期日	令和 8 年 11 月 29 日（日）
会 場	大乘地域交流センター 福田地区
受 付	8 時 30 分～
開 会 式	8 時 45 分 大乘地域交流センター駐車場 【スタート 9：00】 【ゴール時限 11：15】
閉会式	11 時 30 分（お楽しみ抽選会あります）
参加資格	2～4 名のグループ ・グループ内に 1 名以上大乘 3 自治会の会員が含まれていること ・小学生以下が参加のグループには大人が加わること
内 容	福田地区の史跡を散策する ・グループ行動とする ・12 か所にポイントがあるので、それぞれのポイントを巡る ・ポイントを巡る数はグループで決める ・それぞれのポイントでカードにはんこを押す
申込方法	申し込み用紙に必要事項を記入し、大乘地域交流センターへ持参する 申し込み用紙は 9 月号センターだよりと一緒に各戸へ配布する （大乘地域交流センターにも設置）
申込締切	令和 8 年 11 月 10 日（火）
少雨決行	雨天時は旧大乘小学校体育館に集合