

回覧

この新聞は、親友クラブの方には町内回覧し、名越・細谷川クラブの方には各戸配布しています

鯉山学区
老人クラブニュース

ふれあい新聞

第58号-2

2022年3月7日発行

鯉山学区老人クラブ連合会（能瀬 080-6304-5876）

「細谷川遊歩道の清掃奉仕作業」ご案内

「吉備の中山を守る会（会長；長谷川寛治氏）」と鯉山学区老人クラブ連合会との共催で行っている恒例の「細谷川遊歩道清掃奉仕作業」、今回は下記のとおり実施いたしますので、多数ご参加ください。

また、毎年同時に開催していた「お花見」についても、蔓延防止措置解除の状況を受けて是非開催を！との強いご意見も頂きましたので、下記のとおり準備いたしますので、よろしかったら、是非ご参加ください。なお、それでもご心配の方もおられましようから、参加・不参加は各自の自由とし、静かに花を愛でるだけでも結構です。



清掃奉仕作業：3月30日(水) 9時、吉備津神社旧社務所前に集合、細谷川遊歩道清掃開始。

清掃道具等：老人クラブ・吉備野中山を守る会で準備します。

参加申込：清掃作業の申込不要＝飛び入り参加OK、できれば下記によりお申込み下さい。

作業時間：1～2時間

お花見：上記「遊歩道清掃作業」終了後、吉備津神社回廊付近で、お花見会を開催します。

準備の都合がありますので、下記によりお申込みくださるよう、お願いします。

参加費 **2,000円**で弁当と飲み物を準備しますので、お申込みをお願いします。

☆申込み先：老人クラブ会長能瀬まで（080-6304-5876）

老人クラブ会員募集中 お申し込みは最寄りの老人クラブ役員または能瀬まで

-----き-----り-----と-----り-----線-----

「細谷川清掃奉仕・吉備の中山お花見会」申込書

氏名	町内	電話番号	出欠(○印を)
			清掃 出 欠 花見 出 欠
			清掃 出 欠 花見 出 欠
			清掃 出 欠 花見 出 欠

裏面もご覧ください

老人クラブ「健康教室」ご案内

鯉山学区老人クラブ連合会では、下記のとおり「健康教室」を開催します。コロナ感染症対策を十分実施しての開催といたしますので、多数ご参加ください。

日時：3月28日(月) 13時30分～

会場：鯉山学区コミュニティハウス

2階大会議室

講師：管理栄養士 **小山直美先生**



講師ご紹介

小山直美先生(写真→)

岡山県立総社高等学校・くらしき作陽大学卒
高松アクティブホーム勤務・管理栄養士

演題

「高齢者の食生活における免疫力について」

- ☆ 免疫力とは何か？ ☆ 免疫力を上げるために大切な臓器は何か？
- ☆ ストレスも免疫力を下げってしまう？

参加費：無料(参加申し込み不要)

お願い：新型コロナウイルス感染拡大防止のため、

- ① ご来場前に検温等で体調管理し、37度5分以上の方は参加ご遠慮ください。
(当日も検温し、高熱の方はご遠慮いただきます)
- ② 必ずマスク着用くださり、入退館時には手指消毒してください。
- ③ 3つの密を避けるため席を空けて着席してください。
- ④ 満席になり次第、参加ご遠慮願う場合があります。

主催：細谷川クラブ 共催：鯉山学区老人クラブ連合会 後援：岡山市老人クラブ連合会

老人クラブの皆様・高齢者の皆様

新型コロナウイルス3回目のワクチン接種は、もう済まれましたか？

まだの方は、ご自身とご家族の感染対策と重症化予防のため、早めに接種を受けましょう。

表面もご覧ください