

# 山手町町内会便り

平成29年7月吉日

## 新企画満載!山手町夏祭り!

8月5日(土) 19:00開会 (雨天翌日順延)

山手公園に全員集合!!

焼き鳥、フランクフルト、焼きそば、かき氷、生ビール、ジュース!

恒例の大抽選もあるよ!!!

YAMATE ダンスタイム?!?

..恋ダンス??..妖怪体操??



**当日準備 16:00より**

多くのお手伝いをお願いします!

やぐら設営及び清掃 7月29日(土) 朝7:30より(雨天翌日)

**※夏祭りご寄付のお願い!**

抽選会の景品は町民皆様のご寄付により準備されています。

一口千円~、抽選会のうちわをお渡ししますので、副会長:向井さん、会計:山口さん、または、**当日でも結構です。**

多くの皆様のご協力をお願いします!

**公園清掃のお知らせ(原則毎月第3日曜日)**

次回 8月20日(日) **7:30~8:00 (時間変更)**

山手公園担当/1区・2区・3区 集会所担当/4区・5区・6区

■今後の清掃予定(※日程変更の場合は掲示します)

9月17日、10月15日、11月19日

ウラもあります!

# 祝一周年！健康たいそらの会 “いきいき百歳体操”

あゆみ会と中広地域包括支援センターによる、健康たいそらの会が6月で開催一周年を迎えました！荒木脳神経外科、長崎病院の理学療法士、作業療法士のご指導で始まりましたが、現在は自分達で行っています！上手、下手、年の差関係なく、笑いあり、話ありと楽しく、元気が出る場となっています。歳はとつても、気は若く、元気で自分の事は自分で出来て、行きたいところには行ける、そんな日が一日でも長く続くことが出来たらと願っています。“継続は力なり！”時間の許す方は参加をお勧めします！

★毎月第1～第3土曜日の13:30～(集会所) ★脳トレ体操第4土曜日10:00～(ハレクプナ) ★運動のできる服装でお越しください！(タオル、飲物持参)

効果的に体操するには・・・①適度な刺激で筋肉は大きくなる。②継続して刺激しないと痩せてくる。③刺激した部位しか効果は現れない。(講座時の指導より)

ぜひ、一緒に健康たいそらを楽しみましょう！ (あゆみ会 会長 向井 進)



## 毎朝元気にラジオ体操開催中！



山手町子ども達も夏休みに入り、毎朝のラジオ体操、集会所の勉強タイム、小学校プール開放と元気いっぱいです！  
事故や事件に巻き込まれないよう、皆様の見守りをお願いします！

★町内の街灯(防犯灯)の電球が切れていたら、区役所まで連絡をお願いします。

西区役所維持管理課第一維持係：(電話 5 3 2 - 0 9 4 7)



### セブン-イレブン

### 広島山手町店からのお知らせ

お世話になっている方に、  
銘店の逸品をお届けしませんか？

お中元にぴったりの夏ギフトを  
全国各地から集めました！

お気軽にお申し付け下さい！



発行：山手町町内会長 森島誠司