

御園宇地域センター主催講座 ＊ ＊ ＊ 令和4年3月22日(火)

「これからの生き方」セミナー開催しました！



一人でも多くの方が安心して暮らせる社会を実現するために♡



司法書士の渡辺一史さんに「相続の手続きと生前対策の基礎知識」を具体的な例を交えて解りやすく教えていただきました。



残された者が困らぬよう、生前から身の整理に心掛けて生活しなければならない事など、遺品整理・生前整理のプロの目から見た詳しいお話がありました。

令和4年3月24日(木)

Zoomでオンライン体験!!

コロナ禍において社会が大きく変化し、会社ではテレワーク、学校ではオンライン学習が当たり前となっているこの頃、地域センターでも ZOOM でオンライン活動を体験するという新たな挑戦をしました。

前回に続き、市民協働センターの専門員や学生さん達にサポートしていただき、楽しく学習することができました。



鍼灸師から見た健康講座 ＊ ＊ ＊ 令和4年3月15日(火)

漢方の視点から見た健康のポイントは??



病

病という字は布団の上で身体が硬直する様子を表す形成文字です。

「かたい、つめたい、いたい」を「やわらかい、あたたかい、気持ちよい」

に変えることで、私たちは健康で伸びやかに生活ができるようになります。

アイハンド訪問はりきゅう治療院の手島浩司先生に木火土金水の五行論に基づいた健康のポイントについて教えていただきました。身体に木火土金水をバランスよくイメージするとともに、笑顔で気持ちを伸びやかに広げるよう心がけましょう!(^^)!



環境・景観部会 活動報告



環境・景観部会 為廣真一様にお世話いただいております地域センターの花壇のパンジーが満開となっています。地域の皆さまもぜひご覧においで下さい。

