

地域センターだより

平成29年7月号

たかみがおか



TAKAMIGAOKA

TEL・FAX (082) 434-9500

高美が丘地域センター主催講座

今から始める私のエンディング

～モノとココロの整理術で人生の棚卸し～

「生前整理」というとなんだか不謹慎な言葉のようですが、自分が亡くなった後に遺されたご家族が遺品整理に苦勞しなくてもいいようにするための大切な作業です。

また、モノを整理することにより自分が歩んできた人生を振り返りながらこれからの人生でやっておきたいことが明確になってきます。

この機会にモノとココロの整理について考えてみませんか？

平成29年7月14日 (金)

時間 14:00～15:30
場所 高美が丘地域センター
講師 片づけコーディネーター
湯上 みどり さん
参加費 無料



湯上 みどりさん
(ゆのうえ みどり)

整理収納スキルの学びと経験を
生かし、多くの片づけ現場を
訪問。解決は現場にあり「聴く」
「寄り添う」を大切に「モノとココ
ロの整理術®」を念頭に置い
たサポートを展開
高齢者の整理収納サポーター
基礎研修講師
整理収納アドバイザー など

お申込み お問い合わせは
高美が丘地域センター
TEL/FAX (082) 434-9500

主催講座が始まりました



シニア男性のための
カンタン料理教室

今年度も高美が丘地域センターの主催講座にたくさんのご応募をいただきました。

みなさんの生涯学習に対する関心の高さを強く感じました。これからの成果を楽しみにしています。



一から始めるそば打ち道場



ココロとカラダいきいきヨガ

高美が丘の中学生と一緒に

菊づくり を しましょう!

中学生と地域の方の交流活動の一環として、一緒に菊作りをしませんか?

とき: 7月10日(金)より
(月に1回程度の予定です)
※水やり等に来ていただくことは自由です

場所: 高美が丘中学校正面玄関前

時間: 10:30~11:30

参加費: 500円(苗、土、肥料代等)

お申し込みは……

高美が丘地域センターへ
電話かFAXでご連絡ください。
(TEL/FAX434-9500)



つくしんぼクラブ



今年もたくさん子どもたちが参加してくれて、地域センターは大賑わいです。6/8(木)は輪投げやペタンク、ジェンガや囲碁、将棋、オセロなどで楽しく遊びました。

つくしんぼクラブで子どもたちのお世話や一緒に遊んでくださる保護者の方、地域の方を募集しています。

詳細は高美が丘地域センターまで。(Tel 434-9500)

