



活動を紹介！

【町三区】令和6年度

令和6年度の町三区の活動テーマは、「コロナ前の元気な状態を取り戻す」を合言葉に 積極的に活動をして参りました。

分館事業は、従来とは一味違った形で企画されました。中でも敬老会は従来型から一変して、文化会館大ホールで小牧市福厳寺住職の大愚和尚を招いて「康らかな心を学び、皆で祝う敬老の日」のタイトルで講演会を主体として実施しました。話しに引き込まれる講話で、飲食はありませんでしたが参加者から高評価を貰いました。

祇園祭りでは、「子供みこし」を復活しました。元気な子供達の姿が見られ、PTAの皆さんも大変喜んで貰いました。次年度も継続して貰えることが約束されていますので楽しみにして下さい。

今年の町三区の活動が、少しでも区民の皆様方が元気になってくれる助けになれたのなら幸いです。

秋の事業にご招待致します！

9/1日 開催 開催場所：駒ヶ根市文化会館大ホール
康らかな心を学び、皆で祝う敬老の日 (敬老会)

康らかな心を体感する事業となります。
本年は敬老会ご招待者・区役員に限らず、全ての区民の皆様をご招待致します。

敬老会のメインは、大人気 YouTube チャンネル 大愚和尚の
一問一答を活動の中心に、日本・世界の方々に、“人々がより
良く生きる為のお釈迦様の教え”を伝えるという誓願を愚直に
実践されている愛知県小牧市大叢山福厳寺ご住職大愚元勝和尚
を町三区敬老会にお招きし、**感動と笑いに包まれた心を学ぶ庄
巻の教えを町三区民の皆様へ優しくお話し頂きます。**



10/6日 開催 開催場所：赤穂公民館
健やかな体を創る為の運動をする会

健やかな体を創る為の事業となります。
世代毎に適した、毎日自宅で出来る
●セルフケア●セルフトレーニングを体験し、合わせて“食を”
学んで頂き、健やかな体創りに繋がればと考えます。

10/6日

●FMT整体長野出張所セラピスト田中
さんによるセルフケアプログラムです。
心と体の繋がりを大切にされた整体法を実
践されています。
『疲れにくい、ケガをしない体づくり』と
いうテーマにて、体の正しい動かし方を
学びましょう！



10/6日

●GOTCHA! WELLNESS による
セルフトレーニングプログラムです。



各世代に必要な身体作り
の為に自宅で出来るセル
フトトレーニングメニュー
をご指導頂きます。
楽しく元気な講座になる
と思います！



●子供からお年

