

陽だまり



〈商品モニター報告〉

優しい使い心地と香りに癒されます

産直オリーブオイルの

マルセイユ石けん



- *香りが良く泡立ちも滑らかで使いやすいです。
- *柔らかいのに石けんの型崩れがなく、しかも手に馴染みやすい。
- *泡立てた時の泡がしっかりしているし、使用後しっとりしていいと思います。
- *洗顔後、しっとり感がある。
- *ラベンダーの香りがして、マイルドな洗い心地でした。ラベンダーカラーだといいなあと思いました。

今後の予定

- 10/ 6(木) フレイル対策講座
- 11/ 5(土) おしゃべりカフェ
〈グラウンドゴルフ〉
**雨天時:11/18(金)
~裏面に募集あり~
- 11/25(金) パルの会
~裏面に募集あり~
- 12/ 2(金) 絵手紙
〈年賀状作り〉

かしまセンター委員会では、食に関することや、環境問題等について学習しています。今後も楽しい企画を考えていますので気軽に参加しませんか。

【報告】

フラダンス 9/6(火)

鹿嶋市まちづくりセンターにて、2回シリーズの1回目として君和田先生にレッスンをしていただきました。初心者・経験者共に、パウスカートをお借りして履いたらもう・・・ハワイ気分!! 基本のステップを教わり、聞いたことのある曲の前半部分を何回も練習しました。次回(9/20)2回目は一曲まるごとを、みんなで楽しく踊れるようにがんばりましょうね!

音楽に合わせて体を動かして、気持ち良かったです。



最初にストレッチで体をよく伸ばして



音楽にあわせてフラダンスに挑戦!

おしゃべりカフェ 「グラウンドゴルフ」参加者募集



以前実施していました「おしゃべりカフェ」の新企画です。今回はグラウンドゴルフで、男性の方にも参加して頂きたいと思っています。道具一式借りられますので、初めての方も是非挑戦してください。ルール等につきましては、ていねいにご指導いたします。

日時 11月5日(土) 10:00~12:00
会場 道の駅いたこ
参加費 500円(道具持参でも料金は変わりません)
申込締切 10月14日(金)

スマホ申込はこちら



※雨天の場合は11/18(金)。11/18(金)も雨天の場合は中止。



「パルの会」参加者募集

久しぶりのパルの会です。今回は講師に管理栄養士の埴良子先生をお招きして「冬野菜の使い切り、おいしく食べるコツ」をテーマに、冷蔵庫に残りがちな大根、レンコン、里芋等を使って各野菜2~3種類のレシピを紹介します。(内容に変更が生じる場合もあります。)
(参加者には、パルシステムの商品サンプルのプレゼントがあります。)

日時 11月25日(金) 10:00~12:00
会場 銚田市大洋公民館(予定)
講師 埴良子先生
参加費 無料
定員 15名
申込締切 10月14日(金)

スマホ申込はこちら



写真はイメージです。

2イベント 共通

- ・マスク着用にてご参加ください。外出前に検温・健康状態の確認をお願いします。会場にて健康状態を確認します。感染症の拡大状況によって中止となる場合もあります。
- ・お預かりした個人情報、参加申し込み集約の目的以外には使用しません。

問い合わせ 0120-390-434 (かしまセンター) 月~金9:00~17:30

申込用紙

申込締切10/14(金)

ご希望のイベントに○をしてください。

() おしゃべりカフェ

() パルの会

組合員番号 ()

組合員名 () 連絡先 ()