

生涯現役情報ステーション

2016. 7月発行
生涯現役情報
ステーション
ひだまり友遊会館
4・7・10・1月発行



かわら版第25号

ホームページ [生涯現役情報ステーション](#) → 検索

いよいよ夏の到来を迎え、毎日お元気でご活躍のことと存じます。

ひだまり友遊会館の田村でございます。

さて、7月以降も会館では皆様楽しんで頂ける企画を下記の通り準備しておりますので、ぜひご参加いただければ幸いです。4ページをご覧ください。

敬老週間行事のご案内

毎年恒例の敬老週間行事を下記の日程にて行います。普段会館をご利用いただいております団体の皆様の作品展・演芸会等日頃の腕前を発表する良い機会ですので、是非ご参加下いただければ幸いです。

また、「生涯現役情報ステーション」に於きましても、ご来場の皆様楽しんで頂ける企画を用意してお待ちしております。

日程: 9月18日(日)～19日(月/祝)

申込用紙配布: 7月1日(金)～

参加申込: 7月2日(土)～16日(土)

参加団体説明会: 8月6日(土)



昨年の様子



夏休みも近くなりました。

7月発行の「かわら版」は世田谷区民健康村(群馬県川場村)のご案内と世田谷区指定・協定保養施設のご案内をします。

情報ステーションでは健康村のパフレットや健康村新聞、世田谷区指定・協定保養施設の情報各種を集めておりますので是非お立ち寄りください。

また毎年クールシェアとして各所に涼しいお休み処も開設されます。そのご案内も有ります。



せたがやふるさと区民まつり けやき広場

●「せたがやふるさと区民まつり」

日時 平成 28 年 8 月 6 日(土)～7 日(日)
場所 JRA 馬事公苑(上用賀 2-1-1)ほか
おみこし連合行進、ステージ、ふるさと物産展など盛り沢山

●「世田谷区たまがわ花火大会」

日時 平成 28 年 8 月 20 日(土)
午後 7 時～8 時
場所 二子玉川緑地運動場

世田谷区民健康村

群馬県川場村のご案内

世田谷区と川場村は”健康村づくり”に取り組んでいます。群馬県川場村は四季折々の自然豊かな田園が残る世田谷区民の「第2のふるさと」です。相互協力協定(縁組協定)を結んでから35年目を迎えました。

☆健康村のご利用案内

拠点施設 「ふじやまビレジ」「なかのビレジ」
宿泊料

大人(中学生以上)4,760円(11,160円)から
小学生 3,560円(8,560円)から

※()内は区内在住・在勤・在学以外の方の料金
※ふじやまビレジは入湯税150円が別途必要

☆交流事業・健康村の楽しみ方 ※()は実施月

・里山塾 体験教室、養成教室(10月・11月)
・日帰りバスツアー (9月・10月・11月)
・ふるさとパック【川場村発 旬の農産物直送便】
りんご(7月～10月)、梅干し・梅漬け(8月)、
乾燥芋セット(11月)、雪ほたか米(通年募集)
詳細は区のおしらせ、世田谷区民健康村プレイ
ガイドをご覧ください。

申込み・お問い合わせ

世田谷区民健康村予約センター

〒378-0101 群馬県利根郡川場村谷地1320

☎ 0278-52-3311 FAX 0278-52-3313

ホームページ <http://www.furusatokousha.co.jp>

アクセス

●自動車 練馬 IC—沼田 IC—健康村 約2時間

●バス利用の場合 尾瀬高速バス 約3時間

●上越新幹線利用の場合

東京駅—上毛高原駅—送迎バス有—健康村

●JR 上越線利用の場合

上野駅—沼田駅—路線バス—健康村

詳しくは健康村宿泊ご利用案内をご覧ください。

○その他見どころ

川場村 歴史民俗資料館

明治43年に建設された旧川場尋常高等小学校を昭和61年に移築・改修し「川場村 歴史民俗資料館」として生まれ変わりました。この建物は国の登録文化財に指定されており、明治大正の雰囲気を感じることが出来ます。

道の駅「川場田園プラザ」

お土産、新鮮な農産物のお買い物が楽しめます。



川場村の春と田植えのころ

世田谷区指定・協定保養施設のご案内

(利用期間:平成28年4月1日～29年3月31日)

指定保養施設とは 区が料金の一部を助成することで世田谷区民が一般料金より安価でご利用いただける民間の施設です。関東近郊に16施設、沖縄県宮古島市に8施設あります。

助成を受けられる方 世田谷区民の方のみ。

利用にあたって 利用は全施設を通じて上記利用期間内4泊までです。

利用方法

- ① 電話で予約:直接各施設に電話予約する。その際、世田谷区民であることを伝える。
- ② 利用券を申請:各出張所、各まちづくりセンター、烏山総合支所・戸籍係、区民健康村・ふるさと交流課窓口にて。
- ③ 宿泊:利用券を必ず持参すること。

協定保養施設※ 19施設(かんぽの宿を含む)

利用にあたって

- ① 電話で予約:直接各施設に電話予約する。その際、世田谷区民であることを伝える。
- ② 宿泊:予約後当日直接施設にお出かけください。

※ 指定保養施設のような助成はありませんが一般料金より割引された金額です。

詳しくはパンフレットをご覧ください。

お問合せ せたがやコール 03-5432-3333

一緒に活動しませんか

健康パワーを一人ひとりに広めたい！

せたがや健康マイスターズ！！

がやがや館の「健康マイスターズ養成コース」を出発点に 気軽に日常挨拶する地域ぐるみの健康と笑顔づくりを進める明るいグループです。

互いの経験や特技を出し合い交流して、各種体操や講義、文化活動などを行っています。(例:呼吸体操、脳、口腔、指、足腰トレーニング、フラダンス、音楽、書道、ミニ盆栽、介護・防災の話 等)これら経験を元に 成果発表を兼ねたイベント参加や区内の各団体の求めに応じ相手にあった教材での訪問活動を計画しています。

活動目標:自らの健康を基に、介護予防に資する笑顔での健康作り

内 容:互いに教え、教わる「めだかの学校方式」で運営

定例 月2回(ひだまり友遊会館)+随時訪問活動
年4回の誕生会(希望者による懇親会)

会 費:2千円/年 +経費発生時に実費

参加歓迎:活動に興味のある人、自分の趣味、特技、経験を生かしてみたい人 (見学自由)

連絡先 外所賢二(とどころけんじ)

090-5199-7010 kenjitodokoro@gmail.com



英会話 初級コース入会ご案内

私達、英会話クラス[フレンドリー]は、日常生活の基本英会話をアメリカ人の先生によるご指導のもとで、やさしく・楽しく学ぶ事を目的としているクラスです。初級レベルの英会話ですので、どなたでも気軽に学ぶことができます。

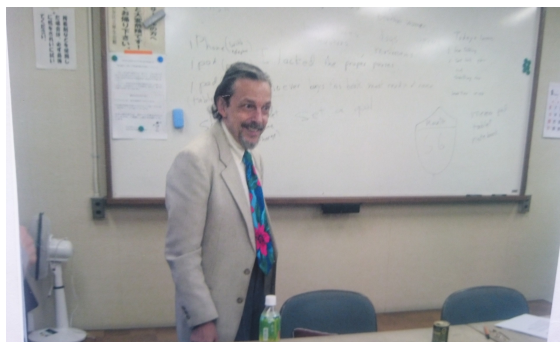
開催日は月2回、<原則として>第2・第4月曜日14:00~15:30、ひだまり友遊会館会議室にて実施しております。会費は1回1,500円(参加人数により変更有)。現在メンバーは5名ですが、皆さん友好的で誠実な方達です。

年1回、先生を交えてのクリスマスパーティーや、個々に海外旅行・名所散策・美術館巡り等のスピーチ、情報交換も盛んです。英会話にご興味のある方、初めての方も歓迎致します。

是非ご連絡をお待ちしています。見学もどうぞ。

問合せ 小杉 TEL 03-3466-7781

川島 TEL 03-3706-1282



Mr. David Letendre

地域共生のいえ『岡さんのいえ TOMO』

『岡さんのいえ TOMO』は世代を超えて、どなたでも気軽に立寄れる「まちのお茶の間」です。家族揃って団らんのあたたかな時間を過ごした昭和の初めのお茶の間が、ここにはあります。

毎週水曜日午後の『開いてるデー』では、たたみ部屋で子どもたちが遊び、お母さんたちがおしゃべりに時を忘れます。写真は、月間予定表を小学生が書き直してくれている様子です。

毎週日曜日午後の『サンデークラブ』も好評です。週替わりで水彩、鉄ちゃん、囲碁、手芸クラブを開いています。どなたでも参加できます。

運営は現役やOBの社会人、主婦、大学(院)生など二十名ほどのボランティアが担当しています。さらに充実させるために一緒に活動してくださる方を募集しています。子どもたちと遊ぶ、経験や特技を活かすなど、あなたの“やってみたい”ことに会えるかも知れません。一度遊びに来てください。お待ちしております。

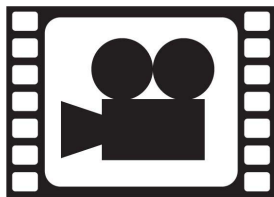
連絡先:世田谷区上北沢 3-5-7 090-8332-7514



ひだまり友遊会館のご案内

□ にいなな会の映画サロン

7月 8日 『コンチネンタル』
7月 22日 『裏窓』
8月 12日 『オーケストラの少女』
8月 26日 『蝸の記』
9月 9日 『人生はマラソンだ』
9月 23日 『クレアモント・ホテル』
時刻 13:00 から
参加費 300円(お茶 お菓子付)



□ スマイル健幸教室～転倒予防・認知症予防～教室開催日 <7-9月期コース>

講習日:7/3,17,24 8/7,21,28 9/4,18,25

何れも日曜日

クラス:時間:初心者クラス 10時～10時50分
中級者クラス 11時～12時

参加費:月2回コース 1,500円(税込)／月
月3回コース 2,000円(税込)／月

定員:各クラス30名(先着順締切)

対象:世田谷区在勤・在住の60才以上の方

特典:初回参加者全員に歩数計およびスマイル健幸手帳プレゼント

主催:ひだまり友遊会館

協力:NPO法人 スマイルクラブ

申込方法:希望コース、クラス、住所、お名前、
年齢、性別、電話番号を以下の問い合わせ
先にご連絡ください。

問合せ先:〒145-0023

世田谷区若林 4-37-8 電話 03-3419-2341

『AED講習会』

AEDで助かる命がそこにあります
これを機会に是非AEDの使用方法を学んでみ
ませんか!

日時:7月27日(水)10時～11時

定員:30名 場所:第6会議室(3F)

世田谷消防署署員による講習です。

□ 美術を楽しむ講座

第5部 人類の遺産を訪ねる旅

講師:谷岡 清

7月25日 第2回

水の都ヴェニスが映す栄光の日々

8月29日 第3回

天空に聳えるイノシュバンシュタイン城

9月26日 第4回

蒼穹に映えるモスクの街イスタンブール

時刻:13:00～15:30

定員:60名(先着順)

全5回のシリーズ講座ですが、お好きな
回に自由に参加できます。参加費 300円



□ シリーズ講座

9月～10月は以下の通りです

囲碁講座(全5回)

将棋講座(全5回)

書道講座・かな(全5回)

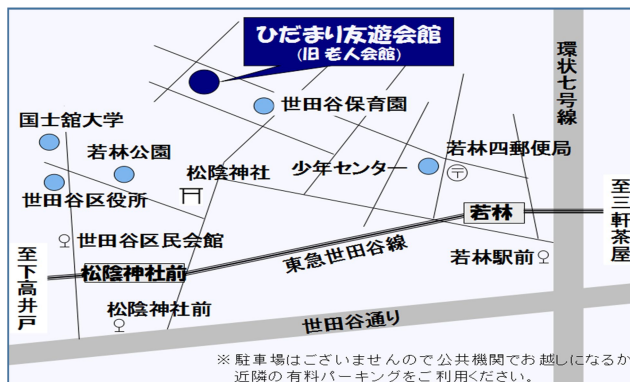
詳細は区報 8/1号をご覧ください

●11月休館予定のお知らせ

ひだまり友遊会館は外壁工事の為、11月の間
休館の予定でございます。

皆様には大変ご迷惑をおかけいたしますが、何
卒ご理解のうえよろしくお願い申し上げます。

詳細がわかり次第、お知らせいたしますのでよ
ろしくお願い致します。



※ 駐車場はございませんので公共機関でお越しになるか
近隣の有料パーキングをご利用ください。

「かわら版」に活動紹介をしたい団体グループはご連絡ください