

昨年も依然としてコロナ禍が続いておりましたが、ここにきてイベント等も少しずつ行われ始め、まさにウィズコロナ時代を迎えております。

さて、今年度もコミセンを会場に「広場交流会」として、様々な活動の輪を広げて参りましたので、それらの様子をまとめてお知らせいたします。

なお、これまでは活動の情報紙名を「あんまち通信」としていましたが、部の発足10年目の節目を迎え、ねらいや取り組みをより一層明確にし、広場を身近な居場所とするために、「あんしん広場だより」とさせていただきます。各広場がより有意義な活動になりますよう、引き続き、皆様のご理解ご支援をよろしくお願い申し上げます。



**「あんしん広場」【三谷町高齢者居場所名】のねらい
健康寿命（自立した生活年齢・元気で暮らせる寿命）
を延ばそう！！**

*広場交流会① 5月9日(月)【ゲーム遊びをしましょう】
「歌カルタ」「オセロゲーム」等のコミセンの備品で楽しく♪



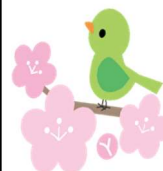
*広場交流会② 6月6日(月)
【からだスッキリ体操】
健康運動指導士・池田陽子先生
簡単な体操でからだの
血流をよくして！！



*広場交流会③ 7月14日(木)
【身の回りの対策あれこれ】
高松南警察署
自分の身の安全を守るためには！！



【健康寿命を延ばそう！】



第28号

発行日
令和5年3月1日
発行者
三谷地区コミュニティ協議会
編集:あんまち部:広報係



* 広場交流会④ 9月8日(木)
【プラスチックごみ問題を考える】
香川県廃棄物対策課
自分たち出来る SDGs (持続可能な目標)



* 広場交流会⑤ 10月15日(土)
【ヨーロッパ生まれのポッチャ体験会】
体育部と一緒に新しいスポーツを!



* 広場交流会⑥ 10月21日(金)
【ゲーム遊びをしましょう 2】
輪投げ・ターゲットゲーム等、体を使って♪



* 広場交流会⑦ 11月14日(月)
【終活講座】 わライフネット
いざという時に大切な人が困らない為に!



* 広場交流会⑧ 12月3日(土)
【暮らしに役立てよう! スマホはじめて講座】 アットかがわ
【広場交流カフェ】
作品展示とスマホ教室をしながら広場交流会!



* 広場交流会⑨ 2月13日(月)
【寒さを吹き飛ばせ!! 免疫力アップ体操】
マスターコンディショニングインストラクター
木内ひとみ先生
タオルを使ってのびのびと!

