



# ふれあい館だより

No.21



発行：おゆみ野ふれあい館「地域活動施設」管理運営委員会

2019年10月



地域の皆様には、「ふれあい館」をご活用いただき、ありがとうございます。  
 このたび、さらに多くの方にご利用いただくために、利用規則を変更しました。  
 今まで利用者を「原則おゆみ野地区在住の方」としていましたが、この規則を変更し、市内  
 在住・在勤の方であればどなたでもご利用いただけるようにしました。是非ご活用ください。  
 公民館とは異なり、運営も管理も多くのことが地域に任されていますので、ご協力よろしく  
 お願いします。不審者の侵入を防ぐために、入館時、受付にお声掛けをお願いしているのも  
 そのひとつです。

尚、ふれあい館利用には、緑区役所1F 地域振興課で、サークル登録が必要です。

(登録申請後、運営委員会で検討の上、正式登録となります。営利目的・特定の政治・宗教活動などを目的とする団体は利用できません。)



## 令和元年（2019年）度 運営委員紹介

役 職	氏 名	所属団体名
委員長	三谷 新太郎	おゆみ野ふれあい館運営委員会
副委員長	小倉 牧夫	おゆみ野道縁とせせらぎの会
事務局長	湊 律子	泉谷中学校区青少年育成委員会
会 計	角川 幸子	千葉市第502地区民生児童委員協議会
監 事	伊東 優子	千葉市社会福祉協議会おゆみ野地区部会
委 員	佐々木 和子	おゆみ野地区町内自治会連絡協議会
委 員	川口 清二郎	おゆみ野地区スポーツ振興会
委 員	川崎 重太郎	サークル・骨盤体操
委 員	清水 陽子	サークル・こども広場キャッチ



**STOP!**

不審者侵入

受付からのおねがい

ふれあい館に入館の際は、サークル室、ロビー、  
 見学など、ご利用の形にかかわらず、必ず受付  
 にお声掛けください。

防犯上、ご協力よろしくお願いたします。

ふれあい館（地域活動施設）の利用につ  
 いては、下記にお問い合わせください。

三谷：043-292-1288／090-8301-9895

MAIL: mitani.shintaro@gmail.com



# サークル紹介 メンバー募集中です!

## フラワーサークル

基本の形はもちろん、季節のアレンジメント、ブーケ、プリザーブドフラワー、自由に参加できます。初めての方でも、お花が好きな方なら大歓迎です。お花好きの優しい方ばかりですよ〜♪季節のお花に触れながら四季を感じ、穏やかな気持ちで暮らしてみませんか？

**毎週火曜日 10:30~**です

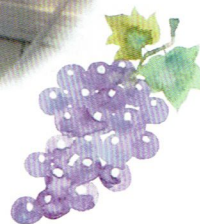
♪お気軽に覗いてください♪



参加ご希望の方は、下記までご連絡ください。

問い合わせ先

080-3392-0815 (植田)



## 骨盤体操

私たちは、身体について無意識だったり、自らの癖をそのままにしていたり、便利な生活に慣れ自然から離れて、機能が衰えるということがあります。

体操の内容は、足の裏、足首、ふくらはぎ、膝、股関節、仙腸関節、腰、背中、手、肘、肩、顔と順に動かして、最後に整った背骨を意識した瞑想です。リンパの流れやむくみ、肥満や痩せ過ぎ、ポッコリお腹、疲れや痛みをよくするだけでなく、最近では眼や耳の機能アップ、足腰の筋力増強、認知症の予防に力をいれています。

**毎週火曜日 13:30~15:30**

サークル室5の会場にて、実施していますので、気楽に覗きに來てください。

問い合わせ先 043-293-4225 (川崎)

