

なかしま菜
 NO.176 令和 6年1月
 中島地域協議会発行
 ☎ 66-0330
 ✉ nakajima660330@gmail.com

謹賀新年
 皆様にとって素晴らしい一年になりますよう
 心よりお祈り申し上げます

本年も
 よろしくお願いたします

11/2.9.16 太極拳
 (木)

昨年度も大変人気がありました「太極拳」
 皆様からのリクエストもあり今年も開催しました。
 全日本武術太極拳連盟 公認指導員の中村久照様を講師にお招きしてコミセンホールで全3回行われました。
 前回受講されている方、また始めて参加される方も多く、みなさん真剣に先生の指導を受けられていました。

回を重ねるごとに型の流れを覚えて行くことが楽しく、「もう少しやりたい」との参加いただいた皆様からの意見がたくさん寄せられました。



1回

最初は少し
 ぎこちない動き
 でしたが・・・



2回目

少し動きを覚えて
 前回より少し型を
 増やして教えて
 いただきました。



中村先生の演武を拝見
 させていただくことが
 出来ました。迫力とキ
 シのある動きに
 感動しました。



3回目

3回目になるとみなさん動きもス
 ムーズになり
 最初から最後まで流れを覚えて
 動けるようになりました。



11/5
 (日)

ウォーキング

中島地区健康まちづくり推進連絡会さんとの合同事業

濱田清守さんに
 案内して頂きました



天候にも恵まれ
 能登演劇堂の展示スペースをスタート(^ ^)



コケの絨毯が綺麗な定林寺では紅葉も始まりとても綺麗
 でした



中島水道の歴史がわかる水道跡地では
 作られた経緯を濱田さんに説明して頂きました。



お館の水



濱田さんのガイドで商店街を散策しました



ササユリの
 マンホール



最後に蓮浄寺では「高浜
 虚子」の句碑を読んで秋
 を満喫しました。

11/27(月)
 12/8(金)

スマホ教室

12月8日
 グーグルマップの検索
 ラインのスタンプの取り方・写真の送り方を
 ドコモショップ七尾店様に教えて頂きました。

11月27日
 写真撮影のテクニックとメルカリ出品方
 法をドコモショップ七尾店様に教えて頂
 きました。



ビフォー



アフター

写真撮影のポイントやコツを教えて頂き
 撮影しました
 同じ花でもこんなに違います(^ ^)



グーグルマップの検索ではマップ機能を使ってお店
 の検索や電車の乗り継ぎ・乗車料金が表示される事
 や高速料金などが検索だけで見れる方法を習いまし
 た。
 ラインでは無料のスタンプを取ったり写真・スタン
 プの送り方アルバムの作り方など教えて頂きました。

令和6年 「二十歳の彩会(さいかい)」

日時: 令和6年1月7日(日) 13:30~15:00
場所: 中島地区コミュニティセンター(多目的ホール)

食事の準備はございませんが、二十歳を迎えられた皆様の
歓談の場としていただければ幸いです。



※送迎バスの運行はございませんので
ご了承ください

ご家族の同伴はご自由となっております

~スマイルサロンのお知らせ~

日時 1月15日(月) 14:00~15:30頃
場所 豊川分館
内容 クラフトで籠作り
講師 加藤由美子氏



日時 2月15日(木) 14:00~15:30頃
場所 笠師保分館
内容 介護技術を体験しよう



申込み 中島地区社会福祉協議会
☎0767-66-1756
参加費 100円 おやつ代
(レクリエーションと茶話会)

お茶席の作法

日時: 1月20日(土) 9:45~12:00
会場: 御休処 あん庵
講師: 芦本宗枝氏【宗和流教授】
参加費: 1,500円
持ち物: 風呂敷・足袋又は白ソックス
定員: 15名ほど
締切: 1月15日(月)
申込み: ☎66-0330 桑原まで



お茶席の作法を
芦本宗枝氏より学んだ後
お抹茶で
主菓子と干菓子の2回頂きます。



親子パン作り



家庭のオーブンで作れるパン教室を予定しております。(2月頃)
親子での参加をお待ちしております。

詳細につきましては小学校を通してお便りを出します。



中島図書室からのお知らせ

新年ふろく分け



日時: 令和6年1月4日(木) 9:00~17:00
場所: 中島図書室
内容: 本・雑誌を貸出した方に1個プレゼント



図書室のお休み

1月22日(月)から
25日(木)まで
蔵書点検のため休室です。

