

## 体操とストレッチで リフレッシュ!

～子育てリフレッシュ講座～

今年度初めてとなる子育てリフレッシュ講座は「親子ふれあい体操」と題して行いました。講師のリードで、参加した親子10組が音楽に合わせて体操やタオルを使ったストレッチでリフレッシュしました。(10月27日)



## 女性教室 「笑いヨガ」

女性教室第1回は、笑いヨガ。可笑しくなくても笑う、笑う、そして本当におかしくなって笑う。深呼吸をしながらお腹をお抱えて笑う。講師の江島さんと川原田さんのお二人の巧みな話術で皆さんを笑いの渦へ引込む。最後はクールダウンで心を和ませ楽しいひと時を過ごしました。(10月22日)



## 10月1日「コセべんりカー」の 出発式が開催されました。

秋晴れの朝、地域の方々が見守る中、巨勢まちづくり協議会による移動支援車両「コセべんりカー」出発式が開催されました。

協議会の岡村移動支援部会長の進行、協議会の石井会長、ご来賓の中山市議会議員のご挨拶、車両をご寄贈された優雅縁様への感謝状贈呈がありました。

移動支援は、病院や買物に行くことが困難な巨勢町在住の高齢者の移動を支援する事業です。ご利用につきましては地域の民生委員さんにお尋ねください。



## ふるさと歴史講座 第3回

### 「城下町佐賀の街歩き」

現佐賀市の中心市街は、江戸時代初期に龍造寺氏に代わって佐賀の領主になった鍋島直茂・勝茂父子による城下町建設の基本設計に基づいて造営された。近世の佐賀城は現佐賀西高校付近にあった龍造寺氏の居城村中城を東と北へ大きく拡大して完成した。完成した城下町は、佐賀城の本丸を中心とした城内、それに近接する周囲に上級武士と少し遠隔地に下級武士が居住する侍屋敷(小路)、さらに周囲に概ね長崎街道に沿って町人町が設定された。今回は鍋島藩の城下町佐賀の建設状況を検討しながら、その概況や特徴などを学んだ。(10月21日)



## 巨勢公園で除草作業

10月11日、巨勢公園多目的広場の除草作業が行われました。巨勢町自治会長会の呼びかけで、日頃よく利用されているグラウンドゴルフ愛好会などの団体から総勢97人が参加しました。2時間の除草作業で見違えるようにきれいになりました。みなさん、お疲れさまでした。



## 行事予定

※日程は変更となる場合があります。

日にち	曜日	行 事	日にち	曜日	行 事
12/2	水	ものづくり会	12/19	土	ミニ門松づくり
12/4	金	PCサークル	12/20	日	休館日
12/6	日	巨勢町健康ウォーキング	12/21	月	健康診断結果説明会
12/16	水	ものづくり会	12/22	火	子育てリフレッシュ講座②
12/18	金	PCサークル	12/29(火)～31(木) 年末休館日		