



エッセイなごさ会

書いてみませんか ささやかなできごと 遠い日残して
きた想い 自然とのふれあい 家族との風景 いろい
ろな思いを あなたのことで



講師 能勢健生氏（昭和21年生まれ 早稲田大学卒業
高島屋勤務 藤沢市在住）

例会 湘南なごさ荘（藤沢市鵠沼海岸6-17-7）
毎月第1・第3水曜日 10時～12時

詳細は「エッセイなごさ会」のホームページをご覧ください



エッセイなごさ会

連絡窓口：若林信男 電話：0466-27-0820
メール：2430waka@asahinet.jp

湘南マリンスクエアダンス クラブ

連絡先：高瀬 美恵子

T 080-6782-5308

F 0466-28-6557

M mieko-2ji3wa.7292

@ezweb.ne.jp

8人が一組になって踊るスクエアダンスは、戦後アメリカから伝えられたものです。掛け声をかけるコーラーさんがいて、その指示に基づいて瞬時に行動を起こします。脳に伝えられた言葉を理解して行動に移す。フォークダンスの一種というものの、これがスクエアダンス独特のもので、認知症予防や若返りにつながると評判です。ぜひ一度体験してみてください。



済美スターズ

連絡先：飯田 誠

T 080-5485-1474

F 0466-24-1474

M hop1620@yahoo.co.jp

皆さんが小さい頃吹いたハーモニカをまた手にしてみませんか？私たちは、藤沢公民館で毎週火曜日の夜7時から9時まで練習しています。月2回入山先生のご指導を受け、先生の来られない週は、私たちが順番にリーダーとなって自分で考えてきた方法で練習を行っています、良かったら一度私達の練習を見学に来られませんか？



特定非営利活動法人 日本生涯現役推進協議会 湘南支部

連絡先：大平 正樹

T 0466-53-5512

F 0466-55-5211

M odaira@shonan-plus.co.jp

100年時代到来！いつまでも元気にイキイキと！一人でも多く【生涯現役】として活躍できる社会の実現を目指しています。当団体では、健康・趣味ワークショップ・お笑い・ライフプランなど様々なイベントや講演会を開催しています！少しでも興味のある方はお声がけ下さい。あなたも毎日楽しくワクワクしながら過ごしませんか？



※ご紹介の情報は「みんないきいき地域活動見本市」参加団体一覧表より抜粋しています

～地域で輝くシニアになろう！「いきいきシニアライフ」サイト紹介～

いきいきシニアライフを応援する情報サイトをご存知ですか？
地域で活動する団体の紹介や いきいきシニアの体験談、レポート、各種催し、等々…
いろいろなお役に立てる情報が掲載されています。



ホームページは

いきいきシニアサイト



検索

<http://ikiikifujisawa.jp/>