



Ichioishi

京都・城陽 発

女性のイチオシカフェ通信

2012.1.25 発行 No. 67

女性のイチオシカフェ通信は、京都府内で地域を元気にしたい！そんな思いで明るく元気に活躍されている方々の、こだわりのもの・活動・イベントなど、女性のイチオシ情報を紹介しています。ホッと一息、カフェタイムにほっとりと読んでいただけたら嬉しいな♡

今回のイチオシ！

地域で楽しく暮らし続けるために！

いつまでも青春!!元氣地域流

笑顔と元氣の会

城陽市市民活動支援センターの「まちづくりの木育成倶楽部」でつながったメンバーで、高齢福祉に焦点をあてながら、住み慣れた地域で「安心して明るく楽しく暮らす」をテーマにさまざまな人とつながり、皆さんと一緒に考える機会をつくることを目指しています。

そして、今年度は「いつまでも青春!!」と題して

「第1弾・見る」「第2弾・知る」「第3弾・つながる」

をキーワードに3つの事業を展開していきます。(京都府地域力再生プロジェクト支援事業)

《第2弾・知る》開催!!

「退屈しない」講演会～旅は最高のハビィ～

日時 2012年2月26日(日) 午後1時30分～4時(受付 午後1時15分から)

場所 文化パーク城陽 4階大会議室

歳を重ねることによって生じる様々な不安。旅行もそのうちのひとつ。そこで

「行きたいけど行けない」から「行きたいから行く」旅へ

そんな旅を数多くお手伝いしてこられた NPO 法人しゃらく代表理事・小倉譲氏をお迎えし講演していただきます。(詳細は裏面⇒)

このイチオシ内容に関するお問い合わせ

笑顔と元氣の会

松下 一恵 (縁～ゆかり～代表)

住所 城陽市寺田今堀1番地 文化パーク城陽地階
城陽市市民活動支援センター内
電話 080-5364-7934
FAX 0774-55-0170
メール yukari.mt2010@gmail.com



イチオシ・レポーター
松下 一恵



《第2弾・知る》開催!! 「退屈しない」講演会～旅は最高のリハビリ～

日時 2012年2月26日(日) 午後1時30分～4時(受付 午後1時15分から)

場所 文化パーク城陽 4階大会議室

講師 NPO 法人しゃらく 代表理事 小倉譲氏

定員 50名(要申し込み)

参加費 無料

申し込み方法 電話・FAX・メールにて笑顔と元気の会・松下まで

○講師プロフィール

高校2年の冬、阪神大震災のボランティアを経験。その時に「自分らしい生き方」を学ぶ。

高校卒業後は中国に留学。中国を始めアジア放浪の旅を経験する中で、社会貢献を目的とした起業を決意。

2006年、NPO 法人しゃらくを設立。「ゆとりあるライフスタイルを提案し、心のバリアフリーを推進する」という理念のもと、介護・付き添い旅行会社を運営。そのバックボーンにあるのは、大好きな祖父との旅での衝撃的な出来事。殆ど歩けない祖父が、登れるはずのない神社の階段を一段一段、時間をかけて登ったのがきっかけ。



《第3弾・つながる》開催!! 「元気に楽しく暮らす」

- ・地域で元気づくり講座等を主催するうめかわ内科クリニック院長・梅川常和先生(デイリーライフフィットネス研究会会長)による元気に楽しく暮らすヒントとお気楽Q&A
- ・地域でいきいきと活動されているシニア世代のフォークデュオ「カレーパン」のミニライブ♪

日時 2012年3月25日(日) 午後1時30分～4時(受付 午後1時15分から)

場所 城陽市福祉センター

定員 50名

参加費 無料 申し込み方法 電話・FAX・メールにて笑顔と元気の会・松下まで

※カレーパン・・・

アマチュアではトップミュージシャンのゆうさん(44才)と、65才からギターを始めたかけだしの健さん(71才)の凸凹フォークデュオです。皆さんのお好みで童謡・唱歌・ナツメロも歌っています。



《第1弾・見る》(12月4日終了)

- ・ドキュメンタリー映画「ただいま、それぞれの居場所」上映会
- ・元気づくりコーディネーターによる「ココロとからだほぐしタイム」
- ・「からだの中と外から元気にならしましょう!」食育講座・ネイル・リンパトリートメント各ブース展開



【後援】 城陽市

【協力】 城陽市市民活動支援センター デイリーライフフィットネス研究会 ラッパング すぺーす風

主催 笑顔と元気の会 080-5364-7934(松下)