

NO. 109 (平成26年9月号)

河北会館だより

〈発行所〉
西条市河北会館
西条市楠甲1295番地1
TEL・FAX (0898) 66-2895

大切にしたい思いやりの心



親子書道教室開催

千羽 易 先生が 優しく丁寧に教えてくれます。個人でもOK。
この機会に、是非チャレンジしてね。
事前にご連絡ください。
河北会館66-2895まで、お待ちしております。

日時：第2・第4土曜日 10時～
費用：テキスト代500円
道具：各自書道道具持参





7月18日(金) クリーン楠河

7月18日(金)終業式を終え、成福寺児童13名と坂井先生が「クリーン楠河」活動として、河北会館の草引きをしてくださいました。暑い日でしたが、みんな黙々と作業してくれました。とてもきれいになりました。ありがとうございます。

成福寺地区の楠河小学校児童13名が中心となり、今年も元気よく河北会館でラジオ体操をしました。就学前の子どもや保護者も参加して、夏休み中(土日お盆はお休み)は朝からとてもにぎやかでした。



7月23日(水) ラジオ体操

7月18日(金) ～健康講座～ 春日鍼灸院 岩切俊人氏「お灸について」

春日鍼灸院より岩切俊人氏をお招きして、東洋医学「鍼灸」についてのお話とお灸の実演をしていただきました。症状(肩こり・腰痛・膝の痛み等)別のツボを教えていただき、個々にお灸の体験をしました。私も恐る恐る手を出し体験してみましたが、思ったほど熱くなく、自然治癒力を高める治療法「灸」に興味を持ちました。

8月1日(金) ～健康講座～ 体内測定・熱中症対策他

東予保健センターの伊藤由紀子さん・山崎由紀さん・森田高弘さんをお迎えし、熱中症対策についてのお話と血圧測定・体内測定を実施し、ラジオ体操の実技もしました。

日頃から健康に気を使っている方もたくさんいらして、実年齢より若い体内測定値の方もいらっしゃいました。すばらしい!





新着本のご紹介

☆ 貸出しいたします。

【貸出し期間】 2週間

【貸出し冊数】 2冊まで（新着本のみ）

書名	著者	書名	著者
一度は行ってみたい世界の絶景	——	風に立つライオン	さだまさし
男子ごはんの本 その5	国分太一・ケンタロウ 栗原心平	さよなら、オレンジ	岩城 けい
男子ごはんの本 その6	国分太一・栗原心平	脳の強化書	加藤 俊徳
一度は行ってみたい日本の絶景	——	影法師	百田 尚樹
それでも僕は夢を見る	水野敬也	作りおきサラダ	——
ディズニー そうじの神様が教えてくれたこと	鎌田 洋	泣き童子	宮部みゆき



講座案内



〈健康講座〉

日時：9月9日(火) 13:30～

講師：済生会西条病院栄養科長
越智 泉 氏

内容：食生活講座
「あなたのコレステロール上げる?下げる?」

場所：河北会館2階

* 講演後、質疑応答の時間があります。この機会にどうぞ、気になるコレステロールについて詳しく学びましょう!

〈法律講座〉

日時：9月25日(木) 13:30～

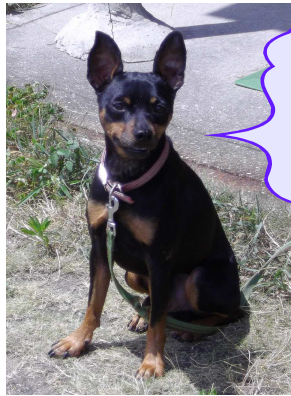
講師：佐伯 継一郎 氏

内容：「身近な法律相談」

場所：河北会館2階

* 講演後、質疑応答の時間があります。わかりやすい言葉と話術で、ストレスの無い、ためになる法律講座です。この機会に、是非参加してください。お待ちしております。

《つぶやきかわら版》



WAN
WAN
お嫁さん 募集中!!
WAN
WAN

ミニチュア・ピンシャ
♂/(5才)/血統書付
飼い主: 瀬尾 孝

河北会館までご連絡ください。(66-2895)

算数・数学が苦手な方へ朗報(小・中限定)

塾へ行くにはチョット・・・
でも数学に抵抗感を無くしたい方にお勧め!!

元西条高校数学の先生が無料で極意を伝授!!

ご希望の方は河北会館までご連絡ください。



*皆様の身近な出来事を投稿しませんか? ご気軽にご連絡ください。

『ハローワーク求人情報有ります』(ハローワーク西条から 毎週水曜日に配布されています。)



<職業相談日>

- ☆ 9月 5日(金)
- ☆ 10月15日(水)

<生活・健康相談日>

- ☆ 9月10日・24日(水)
- ☆ 10月 8日・22日(水)

教室案内

教室名	講師名	学習日	時間	備考
詩吟	森川むつ子	毎週木曜日	20:00~22:00	 
俳句	武田 健	第1木曜日	13:00~16:00	
茶道	直野 克美	第1・第3月曜日	13:30~16:30	
母親	武田ヒデ子	奇数月第3土曜日	20:00~22:00	
歌謡	武田 季広	毎週火曜日	20:00~22:00	
体操	渡辺真由美	第2・第4水曜日	13:30~15:00	
識字	黒河 和美	第2・第4月曜日	13:30~15:00	
コーラス	豊島 貞夫	第2・第4金曜日	13:30~15:00	
琴	竹本マチ子	毎週木曜日	10:00~11:30	満員
手作りパン	佐藤 郷子	第3火曜日	9:30~12:30	
グラウンドゴルフ	武田 宗三	毎週土曜日	8:00~12:00	
書道	千羽 易	第2・第4土曜日	10:00~11:00	生徒さん募集!

(都合により変更する場合があります。必ず教室責任者に確認してください。)