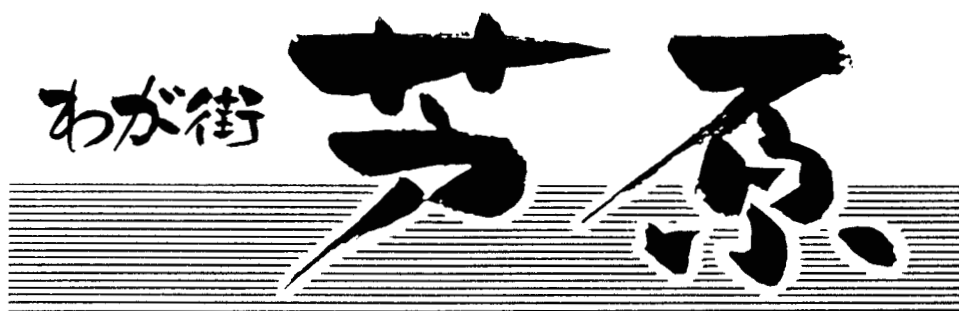




第390号

2025. 9. 1.

発行／芦原地域

コミュニティ

TEL 33-1069

発 行 者 木 下 暁 美
責 任 者

若竹公民館

定期使用グループの紹介

CHEED (チード)

No.10

活動内容	例会・曜日	時 間	会費 (月額)	入会金	活動場所
フィットネス	毎週木曜日	9:10~10:15	5,400 円	0 円	3 階 講堂



楽しくレッスン中

①発足したのはいつですか？
令和3年です。「CHEED」の名称で、J R 西宮方面での活動を始めました。
* CHEED の名称は、CEERFUL, HEALTHY, EASY, EXERCISE, DANCE の頭文字です。
②どのような活動ですか
「楽しく体作り」をモットーに、誰でも通えるフィットネスレッスンをしています。

若竹公民館では、健康維持や趣味を生かすなど、自分自身を高めるため、自分に合ったグループで楽しい時間を過ごしています。

③現在のメンバーは何人？
9人です。
④最高齢者は何歳？
59歳です。
⑤グループの特徴は？
年齢を問わず健康でいたい人、楽しく体を動かしたい人、ストレスを発散したい人たちが集まる、アットホームな雰囲気グループです。



元気な笑顔のすてきな皆さん

⑥長く続けるひけつは？
無理なく自分のペースで、楽しみながら通えることです。
⑦募集するメッセージは？
何か新しいことを始めたい人、始めるきっかけがなかった人など、私たちと一緒に楽しく体を動かしませんか。お待ちしております！



この体勢はきついけれど...

講 師 中西美智子さん
代 表 者 大江 典子さん

私も元気！
ことを見つけよう!!
老月間 



楽しい食事 (写真は昨年7月)

芦原地域在住の満70歳以上の高齢者を対象に、若竹生活文化会館で「ことぶき給食会」を実施しています。この給食会は、ボランティアグループ「あじさい会(調理)」が中心となり、「ゆうぜん会(配膳)」の協力を得て行っています。

「ゆうぜん会」のメンバー



阿部みち子さん (82歳)

元気だった頃、卓球大会で何度か優勝できたこともあり、良い思い出です。グラウンド・ゴルフも楽しんでいました。

数年前、関節リウマチになったものの、大好きな卓球は、これからも続けたいと思っています。



敬老の日の由来

昭和22(1947)年に兵庫県多可町で、9月15日を「としよりの日」として敬老会を開催したのが始まりです。

昭和41年に「敬老の日」として国民の祝日になりました。

平成15(2003)年以降、ハッピーマンデー制度により、9月の第3月曜日が敬老の日と定められました。

川原

吉松さん (81歳) 康子さん (81歳)

いろいろなことがありましたが、人生100年。これからも健康で過ごせるように、思いやりの心を大切にしながら、2人で仲良く元気で！



HYOGO ROKKO

JA兵庫六甲

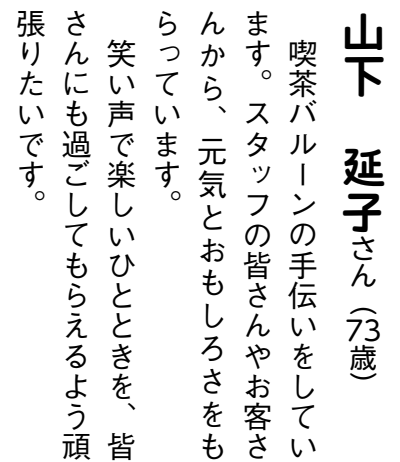
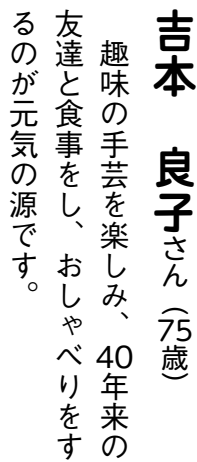
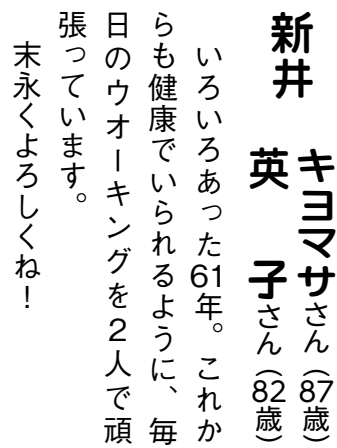
JA兵庫六甲は農業と地域に根差した活動や事業を通して豊かな地域社会づくりを目指します。

西宮中央支店

西宮市神明町 2-13

☎0798-67-2284





西宮市統計資料調べ 令和6年3月31日現在

給排水管改修工事 設備点検
メンテナンス業務 空調工事



株式会社

スイカン

西宮市西宮浜3丁目14-3 TEL (0798) 22-9185(代表) <http://suikan.co.jp>



若竹生活文化会館1階の「ふれあい喫茶バルーン」は、毎週水曜日13時30分～16時まで

芦原の夏が始まった！

「ファイト!!あしはら～大喫茶バルーン～」

暑かった7月12日、若竹生活文化会館で開催され乳幼児から中・高校生、大人まで約100人の参加者で大にぎわいでした。

幕開けの子ども向けマジックショーは、爆笑あり、驚きあり！楽しさ満載でした。駐車場では、消防車がみんなを待っていました。



2層のペリーレスキューソーダー(イチゴ味)と若竹サイダー(メロン味)



1階から出張してきた「喫茶バルーン」



マジシャンの呼びかけに、子どもたちは手を上げて、会場はにぎやか



「おさかなつり」どんな魚が釣れるかな～？(平木中学校生徒が「トライやる・ウィーク」で作った魚)



子どもたちが大好きな「くじびき」



おそろおそろギロチンカッターに手を入れた子どもは「私の手、どうなる？」

「ジャスパール」たきぐちさんのマジックショー



的を狙って消火する子どもたち



消防署員の説明を聞き、消防車を見る子どもたち

主催：芦原地域福祉推進会議



マジックショーの「空気砲」は、箱の穴から空気を噴出。最後に噴出したのは大きなドーナツ型で、子どもたちは大喜び



アクトスタイル店

【TEL：0798-65-6655】

西宮市北昭和町 3-3 Villa Musica 1階
※店舗横に駐輪場・駐輪場あり

ヘアデザインアクストは、9月で創業30周年を迎えます。親子3世代、幅広い年齢層のお客様にご来店いただき、アットホームでゆったりとくつろいでいただける美容室です。オーガニック(ICEA認証)のグレイカラーを使用しています。オシャレを楽しみたい方、ご来店を心よりお待ちしております。

カット¥4,180 カラー¥7,150～パーマ¥7,150～

<http://axt.cc//>



0AXT_AXT.STYLE

★『宮つ子』見ましたで、技術料金(カット・カラーなど)

ご新規様・平日限定【技術料金半額!】

※一般料金からの半額です ※一部対象外あり(ブリーチ・ヘッドス(など)

2025年10月31日(金)まで有効



ヘアデザイン アクスト店

【TEL：0798-63-5112】

西宮市高松町 4-8 プレラにののみや1階
※ビル地下に駐輪場・駐輪場あり