



徳重地区会館だより

第33回発行
平成25年12月1日

日頃より徳重地区会館をご愛顧いただきまして誠にありがとうございます。
 いよいよ今年も残すところ1ヶ月となり、何かとあわただしさを感じるようになって参りました。
 皆様にとりましては今年はどうな年だったでしょうか。やり残したことがある方は、この1ヶ月間を有効にお過ごしいただき、来年は新たな&新鮮な気持ちでスタートが切れるようにして下さい。
 そしてもうひとつ、今月のメインイベントは何といても『クリスマス』です。
 お子様やお孫さんへのプレゼントはお決まりですか？子どもたちの喜ぶ顔を思い浮かべると、とってもハッピーな気持ちにさせられます。
 われわれ徳重地区会館職員にとりまして一足早い「クリスマスプレゼント」は、来年以降も指定管理者として運営・管理に当たる候補者に選ばれたことです。
 また4年間、皆様とお付き合いをさせていただけることになれば、これ以上の喜びはありません。
 これまでの経験を活かし、「質の高いサービスの提供」と「地域密着度の向上」を目指して日々精進して参る所存で居りますので、正式に選任された折には今後のために「懇親会」と銘打ったご意見集約の場を設けさせていただきますので何卒ご参加の程よろしくお願い申し上げます。

徳重地区会館 館長

『ご利用者紹介コーナー!』 vol.7

【ラフタークラブすまいるあーす】

笑いヨガ（ラフターヨガ）は、ヨガの呼吸法と笑いの体操を組み合わせた今注目の健康法です。

インドの医師が考案し、世界70カ国以上に広がっています。やり方はとても簡単で、みんなで一緒に笑うだけです。

毎日笑っていると自分がだんだん変わっていき、それに伴って周りも変わり、起きる出来事が変わり、そして人生が健康的でより楽しいものになっていきます。

そういう私も大変変わりました。

どんな時でも笑顔でいられ、周りに振り回されない自分になってみませんか。ご連絡お待ちしております。

《参加費1回500円、入会金・年会費等は一切ありません》

※ラフタークラブすまいるあーす

- (代表者) 川上まき
- (活動内容) 笑いヨガ
- (活動拠点) 徳重地区会館(和・茶室or多目的室)
- (問合せ先) (携帯) 080-5163-2171
(Email) maki@smile.so-net.jp



お問合せ

名古屋市徳重地区会館 受付窓口

住所 〒458-0801 名古屋市緑区鳴海町字徳重18番地41 (ユメリア徳重内)

TEL/FAX 052-878-2055

E-mail otoiawase@tokushige-chikukaikan.jp

URL <http://www.tokushige-chikukaikan.jp/>

※月曜日、祝日、12月29日～1月3日は休館日です。

※地区会館主催ではありません。

※情報開示を了承された利用者のみ連絡先をご案内しています。

【12月のスケジュール】

	火	水	木	金	土	日
						1
体育室						・予約抽選会 ・卓球 ・バレー
その他の部屋						・麻雀 ・調理 ・演劇 ・英会話 ・ダンス ・バレエ ・おたのしみ会 ・アフリカ太鼓
	3	4	5	6	7	8
体育室	・卓球 ・タスポニー ・バドミントン ・ソフトバレー ・インディアカ	・脳とからだの健康チェック	・脳とからだの健康チェック	・脳とからだの健康チェック ・バレー	・卓球 ・体操 ・バドミントン	・卓球 ・バレー ・ソフトバレー
その他の部屋	・絵手紙 ・植物画 ・詩吟 ・ダンス ・学研 ・太極拳 ・書道 ・ストレッチ ・ママ向け講座 ・ガラスアート ・プリザージュ ・ふれあい給食	・ヨガ ・調理 ・ダンス ・囲碁 ・折り紙 ・速算 ・バトン ・着付 ・多言語 ・エクササイズ ・スクラップブック ・フラワーアレンジメント	・空手 ・英語 ・ヨガ ・着付 ・調理 ・ダンス ・書写 ・バレエ ・演劇 ・セミナー ・リユース ・英語で武道 ・ボランティア勉強会	・書道 ・調理 ・学研 ・詩吟 ・速算 ・ダンス ・麻雀 ・カラオケ ・リトミック ・カルトナージュ ・バランスボール ・フラワーアレンジメント	・ダンス ・将棋 ・空手 ・調理 ・打合せ ・笑いヨガ ・養成講座 ・クリスマス会 ・ヘビーダンス ・親子クッキング	・尺八 ・バレエ ・太極拳 ・英会話 ・笑いヨガ ・養成講座 ・クリスマス会 ・アフリカ太鼓
	10	11	12	13	14	15
体育室	・卓球 ・ソフトバレー ・バドミントン	・卓球 ・ミニバスケ ・バドミントン	・卓球 ・体操 ・ソフトバレー ・バドミントン	・卓球 ・バレー ・バトン ・バドミントン	・卓球 ・バドミントン	・卓球 ・バドミントン ・講演会
その他の部屋	・詩吟 ・気功 ・速算 ・太極拳 ・茶道 ・絵手紙 ・学研 ・ダンス ・子育てサークル ・ストレッチ ・ママ向け講座 ・乳幼児健康健診	・勉強会 ・相談会 ・速算 ・ダンス ・ヨガ ・バトン ・リトミック ・エクササイズ ・スクラップブック ・フラワーアレンジメント	・空手 ・英語 ・ヨガ ・ダンス ・着付 ・バレエ ・書写 ・セミナー ・ママ向け講座 ・プリザージュ ・英語で武道 ・乳幼児健康健診	・書道 ・速算 ・詩吟 ・ダンス ・調理 ・植物画 ・学研 ・太極拳 ・麻雀 ・リトミック ・演劇 ・プリザージュ ・アフリカ太鼓 ・フラワーアレンジメント	・空手 ・会合 ・着付 ・水墨画 ・茶道 ・ダンス ・調理 ・笑いヨガ ・キッズ生け花 ・クリスマス会 ・アロマクラフト ・カルトナージュ	・演劇 ・体操 ・講座 ・英会話 ・太極拳 ・麻雀 ・ダンス ・シュガークラフト ・溶岩寄せ植え講座
	17	18	19	20	21	22
体育室	・卓球 ・バレー ・インディアカ ・バドミントン	・卓球 ・バトン ・ミニバスケ ・バドミントン	・卓球 ・体操 ・バドミントン ・健康講座	・卓球 ・ソフトバレー ・バドミントン ・演奏会	・卓球 ・バドミントン ・演奏会	・卓球 ・バレー ・バドミントン
その他の部屋	・詩吟 ・ダンス ・速算 ・水彩画 ・学研 ・太極拳 ・書道 ・ストレッチ ・ママ向け講座 ・ガラスアート ・クラフト手芸 ・プリザージュ	・速算 ・ヨガ ・研究会 ・茶道 ・ダンス ・尺八 ・バトン ・囲碁 ・多言語 ・健康講座 ・乳幼児健康診査 ・フラワーアレンジメント	・英語 ・演劇 ・書写 ・バレエ ・茶道 ・ダンス ・ヨガ ・カラオケ ・空手 ・リメイク ・英語で武道 ・カルトナージュ ・ボランティア勉強会	・速算 ・太極拳 ・学研 ・ダンス ・麻雀 ・テッサン ・詩吟 ・リトミック ・ヘビーダンス ・バランスボール ・スクラップブック ・フラワーアレンジメント	・相談会 ・スマホ ・ダンス ・セミナー ・空手 ・茶道 ・将棋 ・打合せ ・笑いヨガ ・バランスボール	・麻雀 ・英会話 ・バレエ ・セミナー ・相談会 ・アフリカ太鼓
	24	25	26	27	28	29
体育室	休館日	・卓球 ・バレー ・ソフトバレー ・ミニバスケ ・バドミントン	・卓球 ・体操 ・バドミントン	・卓球 ・バトン ・ソフトバレー ・バドミントン	・卓球 ・バドミントン	休館日 ~1月3日
その他の部屋		・茶道 ・学研 ・ダンス ・バトン ・研究会 ・健康体操 ・リトミック ・フラワーアレンジメント	・ヨガ ・書写 ・バレエ ・ダンス ・講和会 ・健康講座 ・英語で武道	・麻雀 ・調理 ・ダンス ・太極拳 ・テッサン ・健康体操 ・ストレッチ ・アフリカ太鼓	・空手 ・お花 ・研修 ・キッズ生け花 ・親子クッキング	