

「もくば通信」は新潟市の補助を受けて発行しています

【発行者】

庄瀬地域生活センター
新潟市南区庄瀬6489
TEL/FAX 025-372-2901
Mail/syouze.community
@at.wakwak.com



もくば通信

地域のお役立ち情報
人と人がつながるヒント



「庄瀬Baseもくば」次回は、
9月11日(月)10:00~12:00 会場:庄瀬地域生活センター

白根保健生協班会

健康に関するお話があり
ます。尿検査も無料で受
けられます。

「庄瀬Baseもくば」は年齢、性別関係なくどなたでも寄れる地域の茶の間です。
時間内出入り自由。お好きなスタイルでおくつろぎください。
お喋りしたり、ハンドメイドを楽しんだりしています。
初めての方もお気軽にお寄り下さい。 ※申込み不要 ※参加費無無料

庄瀬地域交流のための活動を応援します！ (庄瀬地区社会福祉協議会)

地域内を拠点とし定期的(概ね月1回以上)に活動
している団体を応援するための助成金です。
お茶菓子や活動に必要な消耗品の購入にお使い下
さい。面倒な報告書の提出は不要ですのでお気軽
にご利用下さい。

対象: 地域交流を目的とし、活動内
容の告知や参加希望者の受け
入れができる活動。
茶の間やサークル、スポーツ
など年齢や内容は問いません。

助成: 5,000円/年

申請: 生活センターにある申請書
に記入

締切: 令和6年1月31日(水)



(健康福祉部会)

3B体操 やってま〜す!

9月25日(月)10:00~11:00

会場:庄瀬地域生活センター 1階和室

講師:(公社)日本3B体操協会

新潟南支部 公認指導者

佐々木久美子さん

参加費: 無料

定員: 10名 (どなたでも参加できます。)

※動きやすい服装でお越し下さい。
(内履き不要)

【3B体操とは・・・】

3つの用具を使い、音楽に合わせて楽しく体操しま
す。筋肉トレーニングや脳のリフレッシュ
効果あり! 椅子に座ったままでも可能です。
お気軽にご参加下さい!

お申込み:庄瀬地域生活センター



(健康福祉部会)

地域の皆様に健康と幸せを目指す 庄瀬健幸アップ講座

姿勢と腰痛のメカニズム

~効率の良い腰痛体操~

腰痛体操を効果的に行う上で2つの原理が存在します
そのための姿勢の評価と自分に合った腰痛体操を
実技を交えて紹介いたします

日時 令和5年9月6日(水)

会場 庄瀬地域生活センター 集会室

定員 40名(先着順)

お申込み 庄瀬地域生活センター

025-372-2901

講師 新潟白根総合病院

リハビリテーション科

科長 片桐紳太郎先生



庄瀬プレミアム付商品券10/1販売スタート!!

第3回 庄瀬 プレミアム付商品券

お使いください!! あれこれ使えて お得!!

お上げ過ぎのうたから 毎日の暮らしを応援します!!

20% お得!

加盟店全店で ご使用できます!

ご利用期間 2023年10月1日~2023年12月31日まで

加盟店全店で使い頂けるチケット 2,000円 お得!!

12,000円分を10,000円で販売します。

販売内容 500円券×24枚セットを10,000円にて販売

※10月14日までお一人1枚1セットまで販売

※10月15日以後は抽選で販売させていただきます。

ご利用方法 裏面をご参照ください。

注意事項 裏面をご参照ください。

500円券