

令和2年

なかに 12月

私達の中谷「今」。
そして未来へ

発行者：中谷自治センター
センター長：遠藤 和男
電話番号：0247-26-1457
FAX : 0247-26-3068

中谷地区自治協議会だより

生涯学習部会

ノルディックウォーキング

11月14日(土)に行われたノルディックウォーキングは講師にアドバンスインストラクターの皆川和夫さんを迎え男女16名でスタートしました。(計4回)

最初の座学では、歴史とテクニックの三大要素を学び、正しい姿勢やポールを選び方等をアドバイスして頂きました。その後外に出て正しい歩き方を実践しました。ノルディックウォーキングは年齢や身体能力に関わらず、目的に合わせて誰もが簡単に始められ、生涯を通して楽しめるスポーツで、エネルギー消費量が通常の20%上昇するといわれています。

青空の下、楽しくウォーキングする皆さん



❄️ ❄️ ❄️ ❄️ 中谷こどもクリスマス会 ❄️ ❄️ ❄️ ❄️

12月20日(日)は恒例のクリスマス会が開かれます。楽しいゲームや手品、紙芝居などを予定しております。また、たくさんのプレゼントも用意しましたので、ぜひ来てくださいね。



場所…中谷自治センター第1学習室 時間…午前9時半～12時



小学生書初め教室

日時…12月26日(土)午前9時から12時まで 対象…中谷地区に住んでいる小学生

場所…中谷自治センター

講師…瀬谷 豊先生・他

申し込み締め切り…令和2年12月22日(火)

❄️ 只今、はたらく人募集中 (詳細は下記まで) ❄️

7月11日 おかげさまで 開店二周年 あなたの健康を第一に!



手作り
惣菜・弁当
オードブル

食彩 あすか

店頭販売

11:00~17:00

15:00~18:00

予約電話・ファックス 0247-26-8588 (水・木・金 午後)



令和2年1月23日 NPO 法人認証

令和2年度 中谷地区総合文化祭

10月31日・11月1日の二日間 中谷地区総合文化祭が開催されました。今年は、コロナ禍の中での開催となりましたが、運営委員会の皆様・関係団体各位の皆さんのご協力を頂き感染予防を徹底し、実施することができました。



初参加の「えみフラスクール」の皆さん



芳柳すみれ会の素敵な舞



中谷のヒーロー「ペグナイト」



「おはなしふうりん」の手作り紙芝居



中谷の「花」のアーチの受付



大人気！！メンズのたい焼き・焼き鳥



「刻字愛好会」息をのむ作品の数々



「中谷書道教室」圧巻の筆の勢い



「豊齢学級」精魂込められた作品の数々



「シニアスクール」趣向を凝らした作品



「レディースセミナー」アレンジ花の饗宴



初めての出展、子育てサークルさんの手形アート。この瞬間を思い出に。



「絵手紙」日常の出来事の一言に共感。…そして癒されます。



鈴木家の所蔵品の数々。昔の暮らしに思いを馳せて。