

10月10日 高齢者健康の集い

何だか楽しそう! 来年はあなたもこの輪に 加わりませんか?

於:桜小アリーナ











1日葬 315,000円(オプション等は別途料金になります) ※御通夜・告別式を行わないシンプルなお別れ会

坂本中央プリエールホール

横須賀市坂本町6丁目16番地(横須賀市立中央斎場入口) TEL (046) 822-2089 FAX (046) 822-2625 24時間受付フリーダイヤル 0120-60-2089

*一般葬・一日葬、随時ご相談に応じます (有)横須賀博善社

**同好会等の活動紹介とメンバー募集などにもこの欄をご利用下さい。(無料です) 商業広告の記載も承ります 5 cm*20 cm 1000 円

ご意見・広告・寄稿は(fax)827-8086 (メール)csc_taka@yahoo.co.jp

お問合せ823-4181編 集 責 任 藩 藤 隆 親 町連合総 務 担 🗎

「広報さかもと」は坂本地区2600戸へ毎月配布しています。

面鳃式加笔区2012年11月号

発行者:坂本連合町内会

《今年も地域防犯の観点から 防犯キャンペーンを実施》

昨今多発している各種犯罪の撲滅を図り、安全安心の町づく りのため、我々一人ひとりが其の防止に対し意識の高揚が肝要 と思われます。

従って、自主防犯活動の普及、啓発活動の推進、防犯キャンペ ーン、防犯指導講話などを行っていくべきと考えています。

車上荒らし 振り込め詐欺 ● ひったくり



10月17日に実施された防犯パレードの様子

大大天神社の七五三

11月10日(土)11日(日)午前9時~午後3時

可愛いお子さまのご成長を願ってお祝いしましょう

「坂本歌おう会」って?

Vol-2

地元にある楽しいコーラスの会に皆様をお誘いしたいと思い再び「坂本歌おう会」の内容をご披露いたします。

講師は坂本在住の佐野享子先生です。

日時は 毎月第一水曜日 (来年からは第二水曜日に変更になります) *** 男性大歓迎 **** 早番は9時30分~10時30分 遅番は11時~12時

場所は現在坂本1丁目町内会館 来年4月からは旧坂小特別教室棟多目的室です。

歌う曲目は 唱歌 、童謡、日本の名歌、叙情歌、よく知られている外国の民謡など 最近の復興支援テーマソング「花は咲く」も教えていただきました。



- この曲はポーランド民謡「森へ行きましょう」という曲の終わりの部分です。
- この部分を舌を巻いて大きな声ではっきりと歌えば嚥下障害の予防に繋がるそうです。
- これは家でも出来ます。皆様も鏡を見ながら歌ってみませんか?思わず大笑いいたします。

笑いは健康の元です。授業中は笑いが絶えません。

ボディーパーカッションをご存知ですか? これも教えて下さいます。

先生は0才からの子供や、教師や保育士を目指す大学生、横須賀市、三浦市の小学校の先生方の自主的な学習会のご指導、 それに「坂本歌おう会」の80歳過ぎの高齢者まで、全ての年代に教えて下さっている方です。(毎年夏休みに行われる小学校の先生方のコンサートは、本当に素晴らしいものです)

地元に在住されている素晴らしい先生に恵まれ、遠方に出向くことが年々困難になる高齢者にとってこの 「坂本歌おう会」がいかに貴重な存在であるか再認識しました。

お問い合わせ 下記のどなたにお問い合わせくださっても結構です

1丁目甲斐根ミヨ子823-40223丁目加藤 濱子825-24762丁目福本 千恵822-67934丁目松本ルリ子822-07772丁目飯田 智子822-48605丁目北口 正子825-75923丁目鈴木あい子824-24675丁目藤枝 ミョ826-04313丁目原田 重子824-24136丁目大熊トミ子824-5233

3丁目 神庭 節子 824-1266

川浦はり・きゅう・マッサージ治療院

各種痛み施術・健康維持・リハビリ

各種健康保険(医師の同意が必要) マッサージ券(市のシニアリフレッシュ事業券が必要)

電 話:046-827-2851 定休日:月曜日

場 所:坂本町5-6(5丁目町内会館前) 駐車場 :有り(本通りグループホーム隣)

10月22日(月)

クリーン横須賀市民の会(坂本地区)主催

◇クリーンキャラバン隊のパレード

聖佳幼稚園の鼓笛隊も参加して「クリーンな街は犯罪も少ない」を

モットーにキャンペーンを行いました。



児童

クリーン

ポスター展

を開催





健康セミナー「ワクワクエイジング教室」へのご案内

若さと健康は自分で取りもどすもの!

イキイキと輝く明日のために

エイジングケアを1000倍楽しむ方法とは?

皆様と一緒にお勉強しましょう!

日時 11月11日(日) PM1:00~PM4:00

