

生きがい世田谷の会会員のみなさまへ

例会・生きがいウォッチング等のご案内

新秋でしょうか、朝・夕はようやく凌ぎやすさを覚える季節となってまいりました。
会員のみなさまは、いかがお過ごしでしょうか
「例会」、「生きがいウォッチング」等、10・11月の活動予定をご案内いたします。

記

1. 例会

- ① 1. 日時 平成30年10月27日(土) 15:00~17:00 (サロン生きがい終了後)
2. 場所 「ひだまり友遊会館」1階 松陰神社駅 徒歩5分
3. テーマ **これからが大事! 是非とも健康寿命を伸ばしましょう!!**
「長寿命化時代を生きる~フレイル予防など」
4. ご担当 吉田 隆直 氏 (当会会員)
- ② 1. 日時 平成30年11月24日(土) 15:00~17:00 (サロン生きがい終了後)
2. 場所 「ひだまり友遊会館」1階 松陰神社駅 徒歩5分
3. テーマ **ピン・ピン・コロリ!! 100歳万歳!**
「笑顔で長生きの秘訣はこれ! ニッポンの長寿食」
4. ご担当 海江田 佳子 氏 (当会会員)

2. 生きがいウォッチング (詳細は別紙ご参照)

- ① **雑貨店やカフェが充実する「鎌倉大町・材木座」を散策します。**
1. 日時 平成30年10月20日(土) 11:00~15:00頃
2. 集合 JR「鎌倉駅」東口改札出口 10:50集合
3. 行き先 鎌倉駅から大町・材木座への約2.5kの平坦な行程です。
- ② **緑に覆われた庭園と大都会の中にある自然の森で秋を満喫しよう!**
1. 日時 平成30年11月10日(土) 11:00~15:00頃
2. 集合 JR山手線「目黒駅」東口改札出口 10:50集合
3. 行き先 東京都庭園美術館・庭園および自然教育園散策

3. 平成29、30年度会費納付のお願い

毎年5・6月は、会費を納める月となっております。まだお支払いいただいていない方は次回活動される日に事務局まで納めていただくか、次の口座にお振込みください。

- 振込先; 三菱東京UFJ銀行 / 自由が丘駅前支店 「生きがい世田谷の会」名義
<普通預金口座> NO. 0847508

以上

「生きがい世田谷の会」事務局 TEL 03-3705-8056 (久木田 新)

メールアドレス; kukitaarata@hb.tp1.jp

各種ご案内等メールでご希望の方は上記アドレスにご一報ください!