

2018年度 新涯ふれあいフェスタ

主催:新涯学区まちづくり推進委員会
新涯ふれあいフェスタ実行委員会



発行 編集
新涯公民館
☎953-5634
✉shingai-ko
uminkan@city.
fukuyama.hiro
shima.jp

作品展

11月3日(土)10時~17時
11月4日(日)9時30分~15時
新涯小学校 体育館

イベント

11月4日(日)9時30分~15時
新涯小学校 グラウンド
☔雨天決行☔

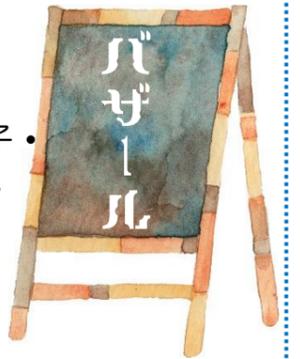
メインパフォーマンス「Just 4 you」からのメッセージ



ふれあいフェスタにご招待いただきありがとうございます。
今回はメンバーも大好きな80年代90年代の歌謡曲やポップスを中心に演奏します!皆様の知っている曲も出てくるとおもいます。ぜひ一緒に口ずさんで、楽しんでくださいね♪

Welcome バザールメニュー

- 栗おこわ・山菜おこわ・いちじくジャム・
- タコ飯・柏餅・焼きそば・揚げたこ焼き・
- うどん・いなり寿司・おはぎ・みたらし団子・
- こんにゃくと大根の田楽・フライドポテト・
- おにぎり・ミンチカツ・フランクフルト・
- クリームソーダ・飲料・ホットコーヒー
- コロコロゲーム・射的・制服リサイクル・
- 輪投げ・くじ・ストラックアウト他



作品展示準備:11/2(金)15時30分~
作品撤去・搬出:11/4(日)15時~

どちらも新涯小学校体育館にて行います。
※作品撤去後は公民館で保管します。

◆作品は慎重に取り扱いますが、不慮の事故についてはご容赦ください。なお、展示の配列・順番等は、主催者に一任していただきますようお願いいたします。作品出展者には、ささやかな記念品をさしあげます。

★作品大募集★

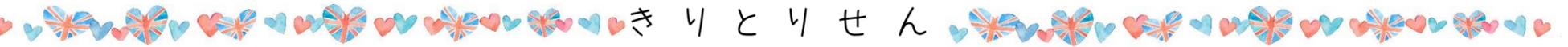
~ふれあいフェスタの作品展に出展してみませんか~

応募品目:なんでもOK!!

公民館への作品持込み:10/25(木)~11/2(金)14時まで
ご持参いただいた作品は、展示までの期間、公民館で大切にお預かりします。

お問合せ:新涯公民館

(953-5634)



ふれあいフェスタ作品展 申込書(個人用)

お名前		連絡先	
町内会/子ども会		住所	

出展品目/作品名		サイズ (縦×横)		数	
出展品目/作品名		サイズ (縦×横)		数	
出展品目/作品名		サイズ (縦×横)		数	
出展品目/作品名		サイズ (縦×横)		数	
出展品目/作品名		サイズ (縦×横)		数	

★各戸 一部ずつ お取りください(*^_^*)★

2018年度 まちづくり座談会のご案内

今年度もまちづくり座談会が始まります。
今年度は、1. 視聴覚教材を使った話し合い、2. リーフレット「わたしから始める」を使った話し合い、3. 各町内会の課題を設問にした「クロスロードゲーム」の中から町内会で選択していただいた内容で行います。「ああ…こういう考え方もあるんだな」と自分とは違う意見に新しい発見ができるかもしれません。ご多用とは存じますが、積極的なご参加をお待ちしております。



【2018年度まちづくり座談会の町内会別日程】 各会場の開始時間を確認してください。

町内会名	日 程	場 所	開 始 時 間
東上町内会	12月 1日（土）	新涯東上町内会館	19時30分
宮前町内会	12月 8日（土）	宮前町内会集会所	19時30分
中町内会	11月15日（木）	消防器庫2階	19時30分
新涯沖町内会	11月10日（土）	沖町内会館	19時00分
中上町内会	11月14日（水）	新涯町三丁目上・中上町内会館	19時30分
新涯三丁目上町内会	11月25日（日）	新涯町三丁目上・中上町内会館	19時00分
五丁目町内会	11月24日（土）	三番中クラブ	19時30分
誠之町内会	11月21日（水）	新涯公民館	19時30分
西新涯一丁目町内会	11月17日（土）	西新涯一丁目集会所	19時30分

まちづくり座談会では、話しやすい雰囲気づくりに取り組んでいます。ふるってご参加ください。



福祉・健康部会 健康講座

主催：新涯学区まちづくり推進委員会 福祉・健康部会

『身体改善！背骨コンディショニング』

「背骨コンディショニング」とは…
背骨のゆがみを整え、不調を改善するプログラムです。
人体模型を使った説明を受けた後、身体を横にしてゆがみチェックを行います。簡単だけど、機能解剖学に基づいた効果の高い体操で、関節を緩めゆがんだ骨を正しい位置に戻りやすくします。
①ゆるめる ②矯正する ③筋力向上

この3つの方法で腰痛・肩こり・頭痛などの症状を改善し、自己免疫力を向上させます。
◆ほとんどの体操は身体を横にして行うので、どなたでも体験できます。
◆筋肉は何歳になっても育ちます。安心してチャレンジ！！

男性も女性もどなたでも申し込みできます。背骨コンディショニングに興味を持った今がチャンスです！！身体の改善をめざして健康になりましょう！！

日 時 10月24日（水）
19時30分～21時
場 所 新涯公民館 2F 会議室
参加費 無料
講 師 背骨コンディショニング協会
パーソナルトレーナー
松本 千広さん
服 装 体を締め付けない楽な服装
持参物 フェイスタオル2枚・飲み物
バスタオル1枚
定 員 25人（先着順）
定員になり次第受付終了。
申 込 新涯公民館 953-5634