

さらら新聞

2025年8月号
発行 さらら仁川公益施設

館長からのひと言

今年、古希を迎えます。この歳になると、「毎日が健康で無事に過ごせればそれで良い。」と思わないこともありません。でも、もっと物事に興味を持たなければならぬと思います。今般、社会人となって40年近く勤めた職場から退職者向けの会報（定期発行）が届きました。そこには、白寿（99歳）を迎えた大先輩の話が載っていました。その日常生活は①家の周りの落ち葉やごみの掃き掃除をする。②野菜を育てたり、花の世話をし、家でゴロゴロしない。③食事は、好き嫌いせず自分の歯でよく食べる。④家族とのトークキングタイムを持ち、コミュニケーションをとる。⑤ナンバープレート（数字を使ったパズル）で頭の体操をして、脳の活性化を図る。⑥できるだけ仕事を続ける。（本人は、88歳まで仕事に就いていたそうです。）⑦一つでいいから、趣味を持つ。⑧歩く。数年後、そう遠くない将来、今の職を辞することになると思いますが、その後の生き方について、一つの羅針盤となるようなお話でした。

「大人のウイナリー作り」身近な植物の話イベントが開催終了しました。

7月8日・9日（※）に、コープ自然派兵庫協力の「大人のウイナリー作り」7月20日（※）に、兵庫県立人と自然の博物館コラボ講座「誰かに話したくなる身近な植物の話」が開催されました。



毎年恒例！さらら仁川お盆卓球

2025年 さらら仁川公益施設 卓球お盆ウィーク
 期間：8月10日～15日（※）
 参加費：1,000円（※）
 定員：12名
 申込：8/3より窓口・お電話・WEBから
 申込締め切り：8/10

イベントのご案内

秋の夜長の卓球教室
 開催日：9月27日・28日・10月5日・12日・9日（全て日曜日）
 時間：18時30分～20時00分
 場所：さらら仁川公益施設 多目的ホール
 受講料：3,000円（全5回分）
 定員：10名（18歳以上）
 申込は8/3より窓口・お電話・WEBから
 事前にお申込みください。
 定員になり次第受付終了です。

秋の夜長の卓球教室
 開催日：9月27日・28日・10月5日・12日・9日（全て日曜日）
 時間：18時30分～20時00分
 場所：さらら仁川公益施設 多目的ホール
 受講料：3,000円（全5回分）
 定員：10名（18歳以上）
 申込は8/3より窓口・お電話・WEBから
 事前にお申込みください。
 定員になり次第受付終了です。

初心者 そば打ち体験教室
 開催日：8月24日（日曜日）
 時間：9時30分～13時（程度）
 場所：さらら仁川公益施設 3階 キッチンルーム
 受講料：3,000円（申込時支払い）
 定員：12名（18歳以上）
 申込は8/3より窓口・お電話にて受付
 定員になり次第受付終了です。

初心者 そば打ち体験
 開催日：8月24日（日曜日）
 時間：9時30分～13時（程度）
 場所：さらら仁川公益施設 3階 キッチンルーム
 受講料：3,000円（申込時支払い）
 定員：12名（18歳以上）
 申込は8/3より窓口・お電話にて受付
 定員になり次第受付終了です。

イベントのご案内

お肉に漬けるだけじゃない！ にじみだる漬物レッスン＆ランチ
 開催日：9月26日または27日
 時間：10時30分～13時00分
 場所：さらら仁川公益施設 3階 キッチンルーム
 料金：1,600円※キャンセル料あり
 定員：24名
 申込は8/3より窓口・お電話・WEBから
 事前にお申込みください。
 定員になり次第受付終了です。

お肉に漬けるだけじゃない！ にじみだる漬物レッスン＆ランチ
 開催日：9月26日または27日
 時間：10時30分～13時00分
 場所：さらら仁川公益施設 3階 キッチンルーム
 料金：1,600円※キャンセル料あり
 定員：24名
 申込は8/3より窓口・お電話・WEBから
 事前にお申込みください。
 定員になり次第受付終了です。

親子ミニ四駆 工作教室&レース
 開催日：9月7日（日曜日）
 時間：10時30分～12時30分、14時00分～16時00分
 場所：さらら仁川公益施設 3階 多目的ホール他
 参加費：1,500円（1キットと電池込み）
 定員：各12組（小学生とその保護者）
 申込は8/3より窓口・お電話・WEBから
 事前にお申込みください。
 定員になり次第受付終了です。

親子ミニ四駆 工作教室&レース
 開催日：9月7日（日曜日）
 時間：10時30分～12時30分、14時00分～16時00分
 場所：さらら仁川公益施設 3階 多目的ホール他
 参加費：1,500円（1キットと電池込み）
 定員：各12組（小学生とその保護者）
 申込は8/3より窓口・お電話・WEBから
 事前にお申込みください。
 定員になり次第受付終了です。