

地区の行事予定 7月～9月

※開催予定の各行事は、

今後の状況により中止となる場合があります。

●東京都水道局研修・開発センター見学会

要申込 (安全部会)

7月2日(木) 14時～16時

●第33回 親子盆踊り大会

(青少年九品仏地区委員会)

(やはたっ子まんなかプロジェクト:八幡小学校保護者)

7月18日(土) 八幡小学校校庭

17時00分～18時10分 お楽しみタイム

18時20分～19時20分 盆踊りタイム

※どなたでもご参加いただけます。

◆ 詳しくは九品仏まちづくりセンターへ

盆踊りのお知らせ

今年も大勢の人でにぎわう

盆踊りの日が近づいてきました。

日時 7月18日(土)

雨天中止 順延なし

場所 八幡小学校校庭



お楽しみタイム 17:00～18:10

盆踊りタイム 18:20～19:20

会場内は禁酒、禁煙です

桜の害虫クビアカツヤカミキリにご注意ください

九品仏地区身近なまちづくり推進協議会緑化部会

全国に広がりつつある、クビアカツヤカミキリ(略してクビアカ:特定外来生物の昆虫)は、今や東京でもその被害が報告されています。

夏休みはお子さまも一緒に、お近くの桜の木に目を向けてみてください。

【見つけ方】茶褐色のフラス(クビアカの幼虫が出す木くずの食べかすと糞の混じったカリントウのようなもの)をお近くで見つけたら以下の区のHPに記載の「クビアカツヤカミキリ発見情報受付フォーム」にてご連絡ください。尚、成虫を発見したらその場で捕殺してください。

詳しくは、世田谷区 HP→ページID 検索 ID:31779

お問い合わせ先:みどり政策課 ☎ 03-6432-7904

九品仏地区の情報

九品仏地区管内のニュースをお届けしています。
今回は、奥沢中和会のストレッチ教室について

「身体のあちこちを思い切り伸ばすのは本当に気持ちが良い！」奥沢中和会で毎月2回開いている「ストレッチ教室」に参加した人たちの感想です。

講師の佐々木早苗さんは長い間カルチャーセンターで指導してこられた、現役の経験豊かな親切な先生です。適度な運動を毎日休まずに継続していれば、年をとってもこれぐらい元気に自由に動けるということを、身をもって現しておられる魅力的な方です。

この教室は約8年前に始まり、参加者が増えたので昨年からは月2回になりました。期日までに電話で申し込みれば1回でも2回でも自由に参加できます。

夫々のポーズはそんなに難しいものではありませんが、時には思いがけない新しい動きもあり、体の各所を最も効果的な方向に伸ばすように導かれ、その後は必ず休憩のポーズがあって、その間に大きな効果が体に働くのだそうです。

私が最近一番気に入っているのは、両方の上腕を外側に旋回させるように動かす動きで、外を歩いている時でも思い出して実行すると、すでに身体が左傾している私でもちょっと背中が伸びて歩きやすいように感じられるのです。

鶴原典子

開催日:毎月第1金曜日と第3日曜日の10:00～

参加費:500円

参加申込・問合せ先:03-3723-4602 奥沢中和会事務所

(月) 10時～12時、13時～15時

(木) 13時～15時

(金) 10時～12時

