

清色地区コミ協だより きよしきがわ

コミ協だよりを見ることができます



清色地区の合言葉

「安心・安全で潤いと活力に満ちた持続可能なまちづくり」

発行：清色地区コミュニティ協議会
清色地区コミュニティ協議会長
清色地区コミュニティ主事
清色地区コミュニティ協議会職員

TEL 44-4222
長坂 正雄
春田 明美
高山 美恵



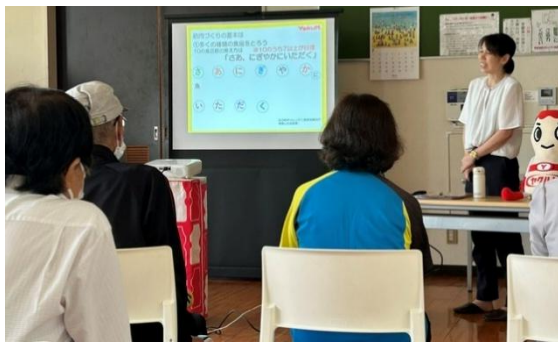
6/22（月）のはんとけん体操に鹿児島純心大学看護学科1年生の学生さんが来てくださいました。はんとけん体操に
来られた皆さんと楽しく談話を
した後、一緒に体操をしました。



ふれあいサロン「ひだまり」

7/2（木）清色地区コミュニティセンターにてふれあいサロン
「ひだまり」が開催しました。今回も社会福祉協議会様より道具
をお借りしてニュースポーツを楽しみました。





ヤクルトさんをお迎えして腸についての勉強会を行いました。

ロコモ予防で健康寿命を延ばそう！！

筋肉づくり・多くの食品を摂ろう！！

さあにぎやかにいただくの合言葉（魚・油・肉・牛乳・野菜・海藻に芋・卵・大豆・果物）10種類のうち7種類の摂取を目標にいいたんぱく質を摂りましょう。

勉強会后、簡単なストレッチを行いました。



午後からはイルミネーション製作を行いました。

劣化した部分の修正や来年の干支づくりを手伝っていただきました。

来年の干支「ひつじ」を製作！！

令和9年元旦に登場します♪



入来中1年生の生徒2名が清色コミセンのボランティア体験で来館、朝の窓ふき・ふれあいサロンに参加してくれました。また、来年の干支を地域づくり部会の皆さんと一緒に製作してもらいました。お手伝いありがとうございました。

コミ周辺草払い作業

7/5（日）早朝よりコミュニティセンター周辺の草払いをしていただきました。池頭・麓下・向山・愛宕自治会長の皆様有難うございました。



7/3（金）夕方よりコミセン側の交差点にてポイ捨てキャンペーンの立哨を行いました。運営委員から数名の方にお手伝いいただきました。いつもご協力ありがとうございます。

