



いま行くかい



住み慣れた地域でいつでも・誰でも立ち寄って、お茶を飲みながら話をしたい！
そんな思いで『いま行くかい』を開催しています。

開催日 毎週月曜日 9時30分～11時30分
会場 神長自治会館大ホール
参加費 100円（おはぎ、いなり寿司、オム焼きそば等
おやつを持ち帰りしていただきます）

毎回決まった「ごぼう体操」や「踊り」を行うほか、季節や状況に合わせて
内容を決めています。

ペットボトルを使った「ボーリング大会」や身体全体を使う「笑いヨガ」、
「オヤジバンド」を呼んで音楽を楽しんだり、参加者の呼吸を合わせる「ボール
送り」、音楽に合わせて体を動かす「銭太鼓」などを楽しんでいます。



＜私たちが大切にしていること＞

- 人の悪口・詮索はしない
- 同じような気持ちを持った仲間を増やすこと
- 大事なものはボランティア精神
- 報酬をもらわない
- 自分も一緒になって楽しむこと
- 千里の道も一歩から
まず活動することからスタート！