### 6・7月の活動です

2ヶ月遅れの開催でしたが、たくさん の方々に参加していただきました。 これからも楽しく!熱く!感染症対 策はもちろん万全に!教室を開催し ていきたいと思います。

他の教室にも体験可能です。\* 興味のある方ぜひ事務局へ \* ご連絡ください。



ノルディックウォーキング教室



ョガ教室





60歳からの健康教室



エアロビクス教室







ピラティス教室







ジュニアチャレンジ教 室



してみてね!



花スポ最新情報はこちらから! 花スポ ホームページ

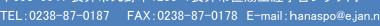
http://nagai-hanaspo.jp/

花スポ Facebookページ



### 長井花のまちスポーツクラブ事務局

〒993-0041 長井市九野本1235-1長井市置賜生涯学習プラザ内 TEL: 0238-87-0187 FAX: 0238-87-0178 E-mail: hanaspo@e.jan.ne.jp



## 長井花のまちスポーツクラブ会報



令和2年8月18日発行

# 暑お見舞い 申し上げます

お盆を過ぎてもまだまだ暑い日が続きそうですが、いかがお過ごしでしょうか? 今年は自粛生活が長かったせいか時間が経つのが早い!もう夏!もうお盆!?と感じた方も多い のではないでしょうか?

当クラブも活動を再開して2ヶ月がたちました。コロナウイルスの収束はまだまだ時間がかかりそ うです。1ラブとしては、これからも感染防止対策を徹底し、会員の皆様が少しでも安心して 教室に参加できるよう努めてまいります。

そして現在、生涯プラザ貸館の利用人数の制限に加えて、空調設備の不具合が発生して おり、 会場の変 更を余儀なくされている教 室があります。また、 距離をとれる広さのある会場が 限られている為、どうしてもその部屋に予約が集中してしまい、広い会場を抑えるのも困難な 状況です。参加者の皆様には多大なご迷惑をお掛けしておりますが何卒ご理解のほど宜しく お願い申し上げます。

今後も急遽変更する場合がございますので、お越しいただいた際は正面入口の予定表でお 確かめください。

手を洗おう

暑い時は 無理しないで!

マスクをしよう





### ヨガ体験教室に参加しませんか?

花スポの教室でもおなじみの安部先生が講師 となって、旧長井小第一校舎でヨガ体験の教室 を開催いたします。 9/2(水)・16(水)10時~ 11時30分となっております。興味のある方、申込 希望の方は旧長井小学校第一校舎にお問合 せください。人数制限があるようなのでお早めに!

### 後期会員も墓集します!

10月以降は年会費もお安くなります。

子でも会員…1,500円 一般会員…3,000円 シニア会員…2,000円

※ペア割引はございません。

ご家族・お友達などご紹介いただいた方には 無料体験券を進呈いたします。

### 9月9日は重陽 (ちょうよう) の節句です

別名菊の節句とも呼ばれるこの日は陰陽五行説 に由来し、奇数(陽=天)で一番大きな「タ」が重なる 日は天の力が強くなり、めでたい反面悪い事にも転じ やすいと考え、お祝いと共に厄払いもしていたそうです。

平安時代に中国から伝わり、菊の花を愛でたり、 菊酒や菊花茶をたしなんだりしていたそうです。明治 改暦以降、新暦で行事を行うこととなり、菊の開花 や栗の収穫と時期がずれてしまい、そうした中で祀る 地域が少なくなっていったため他の節句と比べて印象 が薄くなってしまったそうです。

現代では菊を飾ったり、栗を使ったご馳走をご先祖 様にお供えし、家族で食べて健康を願う日とされてい

なじみの薄い重陽の節句ですが、是非菊や栗を取 り入れて(葡萄や梨でもOK!)家族でお祝いしてみては いかがですか?

