

RoCoCo通信

クリスマスフェア準備着々!

10月16日に、11月28日(金)から始まるクリスマスフェア出品者説明会が行われました。今回初めての方、2回目だけど説明会は初めてという方、初回から参加されている方と様々。

出品内容もクリスマス用品から日常使用できるもの、プレゼントにピッタリなものからアイデア作品まで、これもいろいろなようです。

「説明会には都合が悪く参加できないけど出品します。」とおっしゃる方も多数いらして今年のクリスマスフェアもにぎやかになりそうです。

今年のクリスマスフェアは例年と違って

11月28日(金)~12月2日(火)

です。お間違いのないようみなさまいらしてくださいね。スタッフ一同お待ちしております。



デジカメ講座

さあ、写真撮影に八幡神社へ、Let's go!

台風一過の午後、澄んだ空気の中、今回、10月14日のデジカメ講座は八幡神社へお出かけ撮影会となりました。

『プラス補正』『マイナス補正』など先生のご指導のもと、パチリパチリ!!カメラマンアングルとでもいうのでしょうか、今まで見慣れた景色が素敵な一枚に変身です。



次回は **12月9日(火) 1時30分~3時30分** です。お使いのデジタルカメラを持ってご参加ください。

ワインセミナーのご案内

12月6日(土) 2時~4時 参加費 2,000円

これから、楽しいクリスマスやお正月と家族や友達の集まる季節です。ワインでおもてなはいかがですか。



北野にあるドイツワイン専門店 ローテ・ローゼから講師を招き、ワインパーティーの楽しみ方を教えて頂きます。

本格的なドイツワインの飲み方や豆知識を学びます。4種類のワインの

テイスティングも楽しんでいただけます。

午後のひと時、おしゃれな時間を過ごしてみませんか?

スポーツの秋

『ノルディックウォーク』ってご存知ですか? 2本のポールを使ってのウォーキングです。

肩甲骨から腕を動かすので全身運動になり、また、骨盤を平行に保ってひざや腰の負担も軽減するので、中高年にはとっても効果的なウォーキングです。



灘区には「ゆうちゃんのノルディックウォーク」という会があり、柳本有二先生(常磐大学教授)の指導の下、月一回みんなで集まって歩いています。スタッフKは10月の例会に初めて参加してきました。今回は王子公園から五鬼城展望台往復5キロの3時間コースでした。初めて出会った方たちとお喋り、気持ちいい汗をかきながらのウォークは、思っていた以上に楽しかったです。

早朝、一人で時間のあるときに歩いています。仲間と歩く楽しさもあります。皆さんも機会があれば是非チャレンジしてみてください。

11月の例会は23日日曜日の予定だそうです。

