

イノアのおたより帳

第 82-1号 令和 5 年 7 月 4 日

〒470-2102 愛知県知多郡東浦町緒川相生の丘8-3
TEL/FAX 0562-77-3607



健康体操教室

ハローフレンズイノア

〒470-2102 愛知県知多郡東浦町緒川相生の丘8-3
TEL/FAX 0562-77-3607

『始』の一字にのっとって
代表 伊藤 あつこ

今年の一字は『始』と決め、決めたからには何事も迷ったら、やめたり、諦めたりせず始めてみる覚悟ができました。昨年開始されたイノア誕生月のイベント、一字にまつわるコメント募集は、昨年よりもたくさんの方にご応募いただきました。ありがとうございます。コアスタンプと私を選び、最終は私が決断して金、銀、銅賞を決めました。ポイントは何を始めたのか具体的に書くこと、文章を読んで応援したいなと感じたこと、皆さん継続が大事ということをおっしゃって、今年もすばらしい試みもたくさんありました。今年の一文字にふさわしいものを選びました。受賞された方には賞品をお渡しいたします。

今年初めての「ポチっとシール」での投票では、皆さん体操をしっかりとされているにも関わらず、いや、だからこそなのか、運動に関する投票が多かったのは意外でもあり、よく考えてみると納得でもありました。やはり「元氣100歳、イノア体操」です。

さあ、イノアの『始』は、まず5月から新しい時間割システムを始めました。新しいクラスもできました。始めるということは、ある意味大変な事でもあります。今まで通りは簡単で楽です。何かを始めるとはエネルギーと勇気が必要です。年齢を重ねるとどうしても何かを始めることが億劫になったり、まあいいやとあきらめたりしがちです。私も最近腰を上げる(何か始める)のに、「それっ！」と掛け声が必要になって来たなあと感じます。だからこそ、一字を決めてしまっただけで覚悟を決め、最初は「え〜っ」と思いませんでしたか？でも実際に始めてみると、意外と楽しかったり、なあんだ、私にもできるわ！と発見があったりしませんか？

次に、7月からイノア公式ラインを始めます。今まで「イノアの携帯会員」ということでアドレスを登録していただき、そこに連絡やお知らせを送っていました。是非イノア公式ラインに参加して、連絡やお知らせをいち早く受け取ってください。そして、7月28日から出かける世界体操祭の様子を随時そのラインに載せてご報告できればと考えています。ラインだと写真や動画も送ることができますので、オランダでの様子をリアルにお届けできます。

最後に8月から、リーダースキルアップ講座を始めます。3か月ごとに区切られた期間で、一つのテーマに沿ってリーダーの知識、技術を高められます。詳しくは後日チラシでお知らせします(ラインにも載せます)。是非、色々な事が始まります、いや始まっていきます。ワクワクできることが若さです。

イノアの公式LINE(ライン) できましたよ〜！！



これまで携帯会員の皆様へ携帯メールでお知らせをしていましたが、今後、イノアのお知らせはこのラインから発信します。ぜひ、**お友だち登録**をお願いします。8月末で携帯会員への連絡からLINEに完全に切りかわります。



ラインID @795ohxch



LINEの「友だち追加」から、ID検索するかQRコードをスキャンしてください

* やり方が分からない方は、お尋ねください。お手伝いします。

イノッパスタンプ
考案中！お楽しみに！！

World Gymnaestrada Amsterdam 2023

「世界体操祭」IN アムステルダム

7月28日(金)~8月9日(水)



久しぶりの海外発表会 です。
緊張するけど、ワクワクがいっぱい！



7月28日(金) 関西国際空港出発
7月29日(土) アムステルダム着
7月30日(日)~8月5日(土) 世界体操祭参加
8月6日(日)~8日(火) アテネ観光
8月9日(水) 関西国際空港着

2023 世界体操祭 演技披露会

7月12日(水)	アグピアホール	開場	18:15	開演	18:30
7月20日(木)	メディアス体育館ひがしうら	開場	17:15	開演	17:30
7月23日(日)	半田市体育館	開場	10:40	開場	11:00

応援 お願いします。

ジムナ記念シャツ

近々販売予定です。おしゃれなデザインで、新イノアパンツにピッタリ！！
お楽しみに！！