



自分の心の静けさに耳を傾けてみませんか? 気軽にヨガ

“私は体が硬いから...” “ポーズについていけるか不安”
そんな思いを持つことでヨガから遠ざかる方も少なくないのでは? ヨガはだれかと競い合うものでも、誰かと比べるものでもありません。誰かと比べたりするから自分が硬い、うまく出来てないんじゃないかと思ってしまうのです。

私たちのヨガサークルでは、無理なく誰にでもできる簡単なポーズを取りながら呼吸や体の内側、心と向き合い本来の自分の穏やかさを取り戻す時間を過ごしています。そんな時間を重ねることで、日常生活でも体の状態が良くなり心も元気になれるのです! 気軽にヨガをはじめてみませんか? まずは体験レッスンでお待ちしています!

【活動日】毎週金曜日(月に4回) 午後1時30分~2時45分 【場 所】松枝公民館 2階和室 【連絡先】伊藤 志濃 ☎090-3389-1979



おなまえ

や し ろ り く
矢代 凌久 (円城寺) くん

平成27年11月3日生

矢代尚・理恵さんの子



食いしん坊! たくさん食べて

すくすく大きくなってね! 家族みんなの宝物♡

Hello!

こんにちは

おなまえ

た か は し さ ら
高橋 沙羅 (門間) ちゃん

平成27年11月9日生

高橋建二・亜美さんの子



パパとママの宝物☆

いつもたくさんの幸せをありがとう♡

「こんにちは」コーナーの
赤ちゃんを
募集します



応募対象 平成28年1月生まれの赤ちゃん
応募期限 11月30日(水) (応募者多数の場合は抽選)
応募方法 写真とコメントをご持参のうえ企画課まで
お越しください。
詳しくは企画課広報担当までお問合せください。



平成28年度笠松川まつり花火写真コンテスト入賞者決定

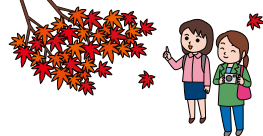
かさまつまちづくりイベント実行委員会
「笠松川まつり花火写真コンテスト」へご応募いただいた多数の作品の中から、厳正な審査の結果、最優秀賞に岩田 巖さん(岐阜市)の作品が選ばれました。

選ばれた作品は、来年の「笠松川まつりポスター」などに使用する予定です。

まちの人口

平成 28 年 10 月 1 日現在

	前月比
人 口	22,521 人 (増 14)
男	10,846 人 (減 1)
女	11,675 人 (増 15)
世帯数	8,758 世帯 (増 17)



●発行・編集/笠松町・企画課 〒501-6181 岐阜県羽島郡笠松町司町1 ☎058-388-1113 FAX.058-387-5816

ホームページアドレス <http://www.town.kasamatsu.gifu.jp/>