

# あったかふれあいセンター まちなかサロン 9月 イベントカレンダー

日	月	火	水	木	金	土				
 <b>は迷いの日</b>  <b>はお食事の日です。</b> ご希望の方は必ず前日までにお電話ください!!		1	2	3	4	5				
6	7	8	9	8店会 お食事会 ナン、カレー  	11	12				
13	8店会 お買い物 山手 介護予防の日 本読み聞かせなど 	14	15	山手 意見交換会 	16	17	しんまち お食事会 おこわ作り  	18	19	ささえ愛
20	<b>敬老の日</b>	<b>秋分の日</b>	山手 お弁当の日 	しんまち お買い物 	8店会おはぎ作り	24	25	26		
27	山手 介護予防の日 ハーバリウム作り 	28	29	8店会 交通安全教室 13:30~	30	初めての方も大歓迎です!! お友達を誘って、ぜひ遊びに来てください! 「こんなことしてみたい」のご意見も大募集中です。 				

## 山手 介護予防の日

14日(月)13時~15時

《本読み聞かせなど》

高知県内に伝わる、伝説・童話など一緒に読んで、想像し、脳活性しながら楽しみましょう。



28日(月)13時~15時

《ハーバリウムつくり》

材料費300円

ハーバリウムって?

ガラスびんの中に乾燥処理をした(ドライフラワーなど)植物を入れ、オイルに浸して保存したものです。



## 【お買い物の日】

毎月一度のお買い物の日です。普段重くて買えないものも、ぜひこの日に!!

さあ何を買きましょう? みんなで楽しくエコバッグを持って わくわくショッピング!

8店会 14日(月曜日) 11時出発

新町 24日(木曜日) 11時45分出発



【しんまち】~ささえ愛~

\*9月19日(土曜)13:00~



「もしも、認知症になったらどうしよう……」

誰もが、心配する認知症は決して特別な病気ではありません。認知症を正しく理解し、自分になっても、大切な人がなっても地域で、みんなで支える事が出来るといいですよね?

ささえ愛では認知症についてみんなで話し合ったり、みんなで楽しくできる脳活性レクリエーションを行っています。

認知症でお悩みがある方も、ぜひ一度遊びに来てみてくださいね。

☆参加費:無料(コーヒー・お菓子セットも150円~)。



## お食事会

8店会 9月10日(木曜日) ナン カレー  
 新町 9月18日(金曜日) おこわ(200円)  
 山手 9月23日(水曜日) お弁当(500円)

食欲の秋です!美味しいものを食べてみんなで楽しく、元気に過ごしましょう。



あったかふれあいセンターまちなかサロンでは、日々の生活の中でのお困りごとなどもご相談いただけます。お話することで心が軽くなることもあれば、専門機関にすぐにおつなぎすることもできます。「困ったことがあったらまちなかサロン」を思い出してしてくださいね。

須崎市社会福祉協議会 42-0736  
 あったか ふれあいセンターまちなかサロン  
 080-6384-6486



