

# あったかふれあいセンターまちなかサロン

かわらばん3月号

須崎市社会福祉協議会



## ～百歳体操やりゆうよ～

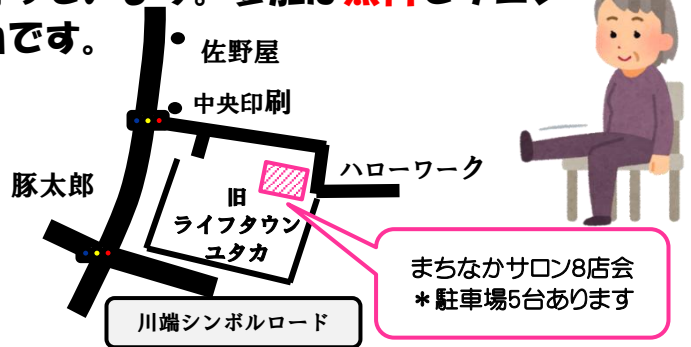


まちなかサロンでは8店会・新町・山手で百歳体操を行っています。

**8店会**では職員が常駐していますので暮らしの困りごと等関係機関に繋ぐことも行っています。参加は**無料**でサロン開所時間内は出入り自由です。

### 8店会・百歳体操開始時間

- \*月・木曜日 13:30～
- \*火・金曜日 10:30～



ちよこつと

～歳時記



春・3月(弥生)といえばひな祭りですね。厄除けと子供の成長を願って始めた行事です。

七段飾りの雛人形は、平安時代の宮中の結婚式の様子でお内裏様は、天皇皇后両陛下で、皇后陛下は18歳、三人官女は皇后付きの宮中に仕える女官、五人囃子から下は天皇の家来、お道具は結納品です。こういう事を知りながらお雛様を飾るのも楽しいですね。

### 【山手サロン 利用者作品】



### 【山手サロン お雛様作り】



# まちなかサロン 3月イベントカレンダー

まちなかサロン新町では令和3年2月・3月の間、おひとり様半日のご利用を  
 お願いしています。火・木・金の体操を午前・午後の2回行いますが体操以外  
 のご利用も可能です。



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5 新町: 買い物 (午前、午後、体操後)	6 休み
7 休み	8 山手: 介護予防の日 (紙バッグ作り)	9	10 山手 新年度の運営に ついて (13:00~)	11 新町 防災勉強会: 171 (午前午後、体操後)	12 8店会 物作り (お楽しみ)	13 休み
14 休み	15 8店会 防災勉強会: 171 (午後、体操後)	16 8店会 防災勉強会: 171 (午前、体操後)	17	18	19	20 ささえ愛
21 休み	22 山手: 介護予防の日	23	24 山手: 買い物 (12:00~) 	25	26	27 休み
28 休み	29	30 新町: 買い物 (午前、午後、体操後) 	31 8店会: 買い物 (13:00~) 	※イベント内容は今後の状況により 変更となる場合がありますので、何卒 ご了承ください。		

**※イベント参加・送迎希望は必ず前日までにご連絡ください。**  
**イベント内容によっては当日参加できない場合もあります。**



8 店会 ☎:080-6384-6486  
 新 町 ☎:080-6384-6487  
 山手町 ☎:080-6384-6487

送迎頼みたいき  
 前の日までに  
 電話せんといかんね!

↓↓ 箱島空造さんのクイズです ↓↓

- 次のヒット曲を歌った歌手名(グループ名)を答えなさい。
- 1 別れても好きな人 (参考リスト 全く使用しないものあり)
  - 2 氷 雨 (ロス・インディオス、ツルヴァイ)
  - 3 津軽海峡冬景色 (石原裕次郎、杉良太郎)
  - 4 柳ヶ瀬ブルース (内山田洋ヒ、クールファイブ)
  - 5 港町ブルース (石川さゆり、森 道一)
  - 6 すきま風 (美空ひばり、八代亜紀)
  - 7 舟 唄 (佳山明生)
  - 8 ブランデーグラス (美川 憲一)

**毎日の暮らしの中、ちょっと  
 した困り事**は、ありませんか？  
**『こんな悩みは、どこに相談したら  
 えい?』**と、思った時には  
**『まちなかサロン』**、を思い出してくだ  
 さい。連携している関係機関に、繋ぐ  
 ことも行っています!!

須崎市社会福祉協議会 ☎42-0736  
 あったかふれあいセンター直通  
 ☎080-6384-6486