

4月は希望と出会いの季節. 明るく元気に
まちなかサロンで楽しみましょう。お待ちしております。



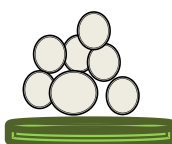
百歳体操を続けて筋力維持



各サロンで介護予防を目的として百歳体操を実施しています。週3回参加されている利用者の方は「毎日、布団の上げ下ろしが出来るがはサロンで体操をしゅうき筋力が維持できちゃう」と喜びの声をいただきました。サロンでは感染対策を徹底して体操を行っています。お友達を誘って遊びに来てくださいね。



毎年恒例のホウ酸団子作り！
まちなかサロンで作るホウ酸団子はよく効くと評判です。「今年はいつ作るが？」との声にお応えして各サロンで予定していますのでご参加くださいね。



* お知らせ *



毎週水曜日、山手町集会場での百歳体操は4月より自主組織となり、住民さんの力で引き続き体操を続けていく事となりました。まちなかサロンは第2・第4月曜日に介護予防(学習会・脳トレーニング等)を実施しますのでご参加ください。



映画鑑賞

最高の人生の見つけ方

主演 吉永小百合
天海祐希



残された人生をあなたはどうか過ごしますか？
余命宣告された二人が選んだのは？
ぜひご予約くださいね。* 場合により変更あり

【まちなかサロン開所日】

* 8店会:月・火・水・木・金 [10時~15時]

☎:080-6384-6486

* 新町:火・木・金 [10時~15時]

* ささえ愛:毎月第3水曜日 [13時~]

☎:080-6384-6487

* 山手町:第2・第4月曜日(介護予防の日) [13時00分~15時]

☎:080-6384-6487



あったかふれあいセンターまちなかサロン

かわらばん4月号 須崎市社会福祉協議会

～イベントカレンダー予定表～

日	月	火	水	木	金	土
 <p>今月は5月飾りや、ホウ酸団子を作ります。 一緒に作りましょう。 *材料費 どちらも100円</p>					1	2 休み
3 休み	4	5	6 8店会 ホウ酸団子作り 13:30～ 定員10名	7	8 新町 5月飾り 12:30～	9 休み
10 休み	11 山手/介護予防 映画13:00～ 最高の人生の見つけ方 吉永小百合主演	12	13 8店会 映画13:00～ 最高の人生の見つけ方 吉永小百合主演	14 新町 映画13:00～ 最高の人生の見つけ方 吉永小百合主演	15 新町 買い物支援 11:30～	16 休み
17 休み	18 8店会 5月飾り 10:00～	19	20 新町・ささえ愛 ホウ酸団子作り 13:00～ 定員8名	21	22 8店会 買い物支援 11:30～	23 休み
24 休み	25 山手/介護予防 5月飾り、買物支援 *送迎あります	26	27	28	29 昭和の日 サロン休み	30 休み

買い物支援

毎月、不定期で買物支援を実施しています。
買物に行きたいけど一人では不安…
重い荷物が持てない等お悩みがありましたら
各サロンまでご相談ください。

8店会：080-6384-6486
新町・山手：080-6384-6487



毎日の暮らしの中、ちょっとした

困り事や心配事はありませんか？

「小さい悩みやきこんな事、人に言うのも…」
「最近、〇〇さんが、ぼんやりして心配」こんなときにもサロンにご相談ください。安否確認の訪問や連携している関係機関に繋ぐことも行っていますので、一人で悩まずに、お気軽にご相談くださいね。

須崎市社会福祉協議会

☎ 42-0736

あったかふれあいセンター直通

☎ 080-6384-6486



イベント参加、送迎希望の方は**必ず前日までにご予約ください**。イベントによっては当日参加できない場合もあります。また、今後の新型コロナウイルス感染状況によっては休所となる場合がありますのでご了承ください。