



あったかふれあいセンター まちなかサロン かわら版11月号

秋の深まりとともに、人とのつながりがうれしい季節です。まちなかサロンでのふれあいを楽しみませんか？今月も皆様にお会いできるのを楽しみに待っています♪



10月ささえ愛の様子【口腔ケアについて】

買い物に行きたいけれど、移動手段がなくて困っている方への生活支援も行っています。
各回6名程度の方を送迎できるようにしています。
お申し込みが多数の場合は、ご相談のうえで調整させていただくことがありますのでご了承ください。

●実施日●

13日(木)・18(火)・25日(火)

行先は裏面のカレンダーをご覧ください。

毎月第3水曜日はささえ愛(認知症カフェ)の日

毎回いろいろなテーマで講座を行い、みんなでお昼ごはんを楽しんでいます♪

(今月のメニューはカレーです🍲)

※予約制ですので、下記の連絡先までお申込みください。
送迎もありますので、どうぞお気軽にご参加くださいね。
今月は、ミルコム南の方にお越しいただき、骨についてのお話をさせていただきます。骨密度測定をします。
素足で測定しますので、靴下を脱げるようにしてお越しください。

日時:11月19日(水)10時半～

皆さまのご参加お待ちしております。

先月は簡単な調理をしました。

皆さんで食べるご飯はおいしいですね(^▽^)



妙見山サテライト

12日(水)13時～
【携帯電話の使い方】
LINEや電話帳登録など日頃使っていて分からないことについて、皆さんと一緒に学びましょう。

26日(水)13時～
【裁縫の日】
材料費 200円

場所:妙見山公園内にある交流会館
予約をお願いします。

新町サテライト

6日(木)12時～
【お弁当の日】
お弁当代実費
(500円程度)

20日(木)10時～
【おやつ作りの日】
材料費200円
さつまいもあんの
どら焼き

場所:新町1-4-1
(フラワーガスさん隣)
予約をお願いします。

はってん

27日(木)10時半～
【裁縫の日】
材料費300円
ハギレを使って
腕抜きを作ります。

5日(水)・26日(水)
13時～
【カラオケの日】

場所:西糺町10-15
(旧大丸跡)
予約をお願いします。

山手町サテライト

10日(月)13時～
【栄養についての話】
栄養士さんが来てくれ、食生活についての話をしてくれます。

17日(月)13時～
【物作りの日】
材料費300円
くるみボタンを作ります。

場所:山手町集会所
予約をお願いします。

★あったかふれあいセンターまちなかサロン連絡先★

☎「はってん」 0889-59-2022 ☎「新町」 080-6384-6487

あったかふれあいセンターまちなかサロン 須崎市社会福祉協議会

令和7年 11月 かわら版 ～イベントカレンダー予定表～

※車のマークがある所は送迎があります。送迎希望の方は予約をお願いします。

日	月	火	水	木	金	土
	百歳体操開催日程 【はってん】 月・木曜 13:30～14:40 火・金曜 10:30～11:40 【新町】 火・金曜 10:30～11:40 火・木・金曜 13:30～14:40		おしらせ 28日(金)は 職員研修のため 終日閉所します。			1 休み
2 休み	3 休み	4 新町・はってん 百歳体操	5  はってん 13:00～ カラオケ	6  新町 弁当の日 ※お弁当代実費 前日までに予約 してね！！ 新町・はってん 百歳体操	7 新町・はってん 百歳体操	8 休み
9 休み	10  山手 13:00～ 栄養について ※予約してね はってん百歳体操	11 新町・はってん 百歳体操	12  妙見山 13:00～ 携帯電話の 使い方勉強会 ※予約してね	13  買物支援 13:30～ マルナカ ※予約してね 新町・はってん 百歳体操	14 新町・はってん 百歳体操	15 休み
16 休み	17  山手 13:00～ 物づくりの日 材料費300円 ※予約してね はってん百歳体操	18  買物支援 13:30～ フジ ※予約してね 新町・はってん 百歳体操	19  はってん ささえ愛 骨密度測定 10:30～ ※予約してね 昼食費300円	20  新町 10:00～ おやつ作りの日 材料費300円 ※予約してね 新町・はってん 百歳体操	21 新町・はってん 百歳体操	22 休み
23/30 休み	24 休み	25  買物支援 13:30～ マルナカ ※予約してね 新町・はってん 百歳体操	26  妙見山 13:00～ 裁縫の日 材料費300円 はってん 13:00～ カラオケ	27  はってん 10:30～ 裁縫の日 材料費300円 ※予約してね 新町・はってん 百歳体操	28 ※休み※ 職員研修のため はってん 新町 閉所します。	29 休み

※イベントの内容は変更になる場合があります。

* 予約・問い合わせは ☎0889 - 59 - 2022