

あつたかふれあいセンター まちなかサロン かわら版 1月号



明けましておめでとうございます。
今年も楽しく過ごせる居場所作りに努めて
まいりますので、よろしくお願ひします。
今月も皆様にお会いできるのを楽しみに
待っています♪

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●

16日(金)・20日(火)・30日(金)
行先は裏面のカレンダーをご覧ください。
前日までのご予約をお願いします。

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ライスです)

※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、INBODY(体成分分析装置)測定をします。
長寿介護課より保健師さんが来てくれます。

日時:1月21日(水)10時半～
皆さまのご参加お待ちしています。



妙見山サテライト

14日(水)13時～
【須崎警察署より】
交通安全や詐欺、
防災に関するお話し

28日(水)13時～
【物づくりの日】
参加費 200円
節分飾りを作ります。

場所:妙見山公園内に
ある交流会館

新町サテライト

15日(木)12時～
【お弁当の日】
お弁当代実費
(500円程度)
22日(木)10時～
【物づくりの日】
参加費200円
節分飾りを作ります。

場所:新町1-4-1
(フラワーガスさん隣)

はってん

26日(月)10時半～
【ハーバリウム作り】
材料費800円 定員6名
ママカフェとコラボ♪
ママと赤ちゃんと一緒にハーバリウムを作りませんか?
7日(水)・28日(水)
13時～
【カラオケの日】
場所:西糺町10-15
(旧大丸跡)

山手町サテライト

19日(月)13時～
【物づくりの日】
材料費200円
節分飾りを作ります。
26日(月)13時～
【脳トレ体操をしよう】
コグニサイズを
やってみましょう。

場所:山手町集会所

参加されたいところに前日までのご予約をお願いします。送迎もしています。

★あつ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

あつ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8年 **1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 | | ※イベントの内容は変更になる場合があります。 1 休み | 2 休み | 3 休み |
| 4 休み | 5 はってん百歳体操 | 6 新町・はってん 百歳体操 | 7 はってん 13:00~ カラオケ | 8 新町・はってん 百歳体操 | 9 新町・はってん 百歳体操 | 10 休み |
| 11 休み | 12 休み | 13 新町・はってん 百歳体操 | 14 妙見山 13:00~ 須崎警察署 詐欺や防災の話 ※予約してね | 15 新町 弁当の日 ※お弁当代実費 前日までに予約 してね！！ | 16 買物支援 13:30~ マルナカ ※予約してね | 17 休み |
| 18 休み | 19 山手 13:00~ 物づくりの日 参加費200円 ※予約してね | 20 買物支援 13:30~ フジ ※予約してね | 21 はってん ささえ愛 10:30~ INBODY測定 参加費300円 ※予約してね | 22 新町 10:00~ 物づくりの日 参加費200円 ※予約してね | 23 新町・はってん 百歳体操 | 24 休み |
| 25 休み | 26 はってん ハーバリウム作り 材料費800円 10:00~ 山手 13:00~ ※予約してね はってん百歳体操 | 27 新町 お休みします | 28 妙見山 13:00~ 物づくりの日 参加費200円 ※予約してね | 29 はってん 13:00~ カラオケ | 30 買物支援 13:30~ マルナカ ※予約してね | 31 休み |

* 予約・問い合わせは ☎0889 - 59 - 2022