



上鳥羽



社会福祉協議会だより

《平成30年10月号》



10月に入り秋もいよいよ本番です。落ち葉でたき火をし、お芋を焼いて食べた思い出がなつかしく思われます。すこやか体操やその後のお茶タイムでみんなで楽しくおしゃべりすることも健康につながることのひとつかもしれません。初めての方も是非ご参加ください。

～ 今月の予定 ～

・健康すこやか体操(10月11月は2回開催します。)

10月 3日(水)・ 17日(水)・ 11月 7日(水)・ 21日(水)

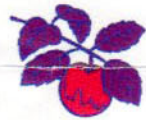
午前10時30分～ 正午

中唐戸児童館で開催 (体操の後、みなさんで楽しいお茶タイムをしています。)

・10月17日のすこやか学級は、

タイトル・・・「心身の緊張をほぐすリラクセーション法」

講師・・・ 臨床心理士 梅原睦美先生をお迎えしてお話を聞きます。



・健康すこやかヨガ

(昼ヨガ)

10月22日(月)・ 11月12日(月) 午前10時30分～ 午前11時30分

中唐戸児童館で開催

(夜ヨガ)

10月 1日(月)・ 15日(月)・ 11月 5日(月)・ 19日(月) 午後7時～ 午後8時

北部いきいき市民活動センターで開催

(夜のヨガについては、北部いきいき市民活動センターにお尋ねください。)

(電話・・・691-9098)

・梅生会

10月12日(金) 午後1時30分～ 午後3時30分

北部いきいき市民活動センターで開催

・「竹内洋子先生の童謡教室・他

・・・盛りだくさんの内容です・・・ お楽しみに



地域子育て支援事業

自由にあそべるひろば



～ ぱるっこ・ほっこりん ～

★ ぱるっこ

開催日・・・ 10月 2日(火)・ 16日(火)・ 11月 6日(火)・ 20日(火) 午前10時30分～正午

開催場所・・・ 京都市中唐戸児童館

★ ほっこりん(中唐戸児童館・社会福祉協議会・民生児童委員会)

開催日・・・ 10月10日(水)・ 11月14日(水) 午前10時30分～ 正午

開催場所・・・ 京都市中唐戸児童館

・・・ おひらせ ...

- 児童館がやってきた・・・ 10月5日(金)洛南イオンにて開催。乳幼児親子対象、自由に参加していただけます。無料です。
- 区民運動会・・・ 9月23日(日)上鳥羽小学校にて開催
- 時代まつり・・・ 10月22日(月)上鳥羽自治連合会・女性会が参加されます。



行事などのお問い合わせは、中唐戸児童館までおたずねください。
開館時間は、午前10時～午後6時30分です。 < 電話 672-2900 >