

かみとば 社会福祉協議会だより

夏が終わり秋の涼しさを感じる季節となりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか？
なかなか感染拡大が落ち着きませんが、気を緩まず感染防止対策をきちんと行ったうえで、
活動したいと思っております！皆様のご参加心よりお待ちしております。
今後、感染状況によって行事が中止又は延期となる場合がございますのでご了承ください。

健康すこやか体操

10月5日(水)

午前10時30分～12時
中唐戸児童館

ボールを使って、だれでも楽しく
できる体操です。間違い探しなどで
楽しいひとときを過ごしています♪

次回：11月2日(水)

健康すこやか教室

10月19日(水)

午前10時30分～12時
中唐戸児童館

タイトル：「健康のための快眠術！
リラクゼーションを体験しましょう」

講師：臨床心理士 小林 有美 氏

次回：11月16日(水)

10月の予定

梅生会

10月14日(金)

午後1時30分～3時30分

上鳥羽北部
いきいき市民活動センター

次回：11月12日(金)

健康すこやかヨガ

10月17日(月)

午前10時15分～11時45分
中唐戸児童館

持ち物… マットかバスタオル・お茶
〈中唐戸児童館にお尋ねください。〉

次回：11月14日(月)

悠遊の集い

10月2日(日)

季節の行事や昔から伝わる文化に
親しんでみませんか？お茶をのんで
ほっこりしましょう♪
興味のある方は中唐戸児童館に
お問い合わせください。

次回11月6日(日)

お買い物ワゴン

お年寄りの方や身体の不自由な方
(原則、要支援認定の方)を対象に、日常生活の
買い物の支援事業です。詳しいことは、鳥羽ホーム
にお尋ねください。 ☎ 075-692-1147

自由にあそべる広場

ほっとひろば

《ぼるっこ》

10月21日(金)

午前10時30分～12時
中唐戸児童館

次回：11月18日(金)

上鳥羽子育てサロン

《ほっこりん》

10月11日(火)

午前10時30分～12時
中唐戸児童館

次回：11月8日(火)