

社会福祉協議会だより

秋も深まり朝夕めっきり冷え込むようになりましたがみなさま
お変わりありませんか？今月も楽しいイベントが盛りたくさんあります♪
皆様のご参加を心よりお待ちしております。

健康すこやか体操

11月1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♪
お茶を飲みながらのほっこり
タイムもあります♪

次回：12月6日(水)

健康すこやかヨガ

11月13日(月)

午前10時15分～11時45分
中唐戸児童館

アロマの香る部屋でリラックス
しながら行います。
持ち物… マットかバスタオル・お茶

次回：12月11日(月)

11月



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

健康すこやか教室

11月15日(水)

午前10時30分～12時
中唐戸児童館

タイトル：「食べて元気にフレイル予防」

講師：管理栄養士 荒木 紗代 氏

悠遊の集い

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♪
月1回活動しています♪
興味のある方は中唐戸児童館に
お問い合わせください。

梅生会

11月10日(金)

午後1時30分～2時30分
上鳥羽北部

いきいき市民活動センター

次回：12月8日(金)

自由にあそべる広場

上鳥羽学区子育て支援ステーション事業

公園であそび隊

11月24日(金)

午前10時～12時

村山公園 (雨天：中止)

体を動かしてミニ運動会をするよ♪

主催：上鳥羽学区子育て支援ステーション
中唐戸児童館・山ノ本児童館
上鳥羽保育園・村山保育園・山ノ本こども園

11月14日(火)

午前10時30分～12時
中唐戸児童館

次回：12月12日(火)