

# かみとば 社会福祉協議会だより

ポインセチアの花が街を彩る季節となりましたが、皆さまお変わり  
ございませんか？今月も楽しいイベントが盛りたくさんあります♪  
皆さま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

12月

## 健康すこやかヨガ

12月6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：1月17日(水)

12月11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：1月15日(月)



## 梅生会

12月8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：1月はお休みです！

2月9日(金)

## 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♪

興味のある方は  
中唐戸児童館に  
お問い合わせください。

## 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



## 上鳥羽子育てサロン ほっこりん

12月12日(火)

午前10時30分～12時

中唐戸児童館

次回：1月16日(火)

## ほっとびるば ぼるっこ

12月22日(金)

午前10時30分～12時

中唐戸児童館

次回：1月26日



お問い合わせは児童館までご連絡ください。

中唐戸児童館 ☎ 075-672-2900  
(開館時間… 午前10時～午後6時30分)