



社会福祉協議会だより



秋晴れに鰯雲が流れる頃となりましたが、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

10月1日(水)

中唐戸児童館

午前10時30分～12時

ボールを使って、だれでも楽しくできる体操です。

間違え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：11月5日(水)

梅生会

10月10日(金)

上鳥羽北部

いきいき市民活動センター

午後1時30分～2時30分

次回：11月14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♪

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

ほっとびるば

ぱるっこ

10月3日・24日(金)

午前10時30分～12時

中唐戸児童館

次回：11月7日・21日(金)

上鳥羽子育てサロン

ほっこりん

10月14日(火)

午前10時30分～12時

中唐戸児童館

次回：11月11日(火)

健康すこやかヨガ

10月20日(月)

中唐戸児童館

午前10時15分～11時45分

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：11月10日(月)

健康すこやか教室

10月15日(水)

中唐戸児童館

午前10時30分～12時

テーマ：「疲労回復のための快眠術～リラクゼーションの実践～」

講師：臨床心理士 葺石 有美 氏

次回：11月19日(水)

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

10月1日(水)

午前10時30分～12時

場所：鍋が淵公園

こまの工作ができるよ♪

次回：11月12日(水) 村山公園

