



10月のふれあいセンター



～来館時のお願い～

- 水分持参をお願いします。
- 発熱・咳のある方は、ご遠慮ください。
- ※ご理解・ご協力宜しくお願い致します。
- 館内はマスク着用となります。

猛暑の夏から季節は「秋」へと移り変わり始めました。

蝉の鳴き声に変わり、鈴虫やコオロギの鳴き声に♪

「読書の秋」「芸術の秋」「行楽の秋」「食欲の秋」などあげればきりがありませんが・・・
季節の変化とともに日々の生活もほんの少し変化させてみませんか？

“読書なら？” ⇒ “読んだことのない本を読んでみる”

“音楽なら？” ⇒ “聴いたことのないジャンルの音楽を聴いてみる”

などなどいかがですか？

「認知症予防教室」

日時：10月12日（水） 9：30～12：00

場所：ふれあいセンター1階

※「まめ運び遊び」を一緒に楽しみませんか？



「手話に親しもう♪」

日時：10月13日（木） 10：00～

場所：自治会集会所1階

※手話を使うことで知識を増やしていきませんか？

文化祭に向けての練習もあります♪



「すくすく広場」

日時：10月21日（金） 10：30～

場所：ジェームス山神戸マツダイイベント会場(雨天決行)

内容：ベビー3B体操

※親子で体操に参加してみませんか？





「笑顔の広場」

日 時：10月26日（毎月第4水曜日に開催）10:00～（1時間程度）

場 所：つつじが丘ふれあいセンター1階

あんしんすこやかセンターより地域支え合い推進員の方もお越しいただき、地域の情報やお話、お困りごとなどの相談をお受けします。



◆各地区担当 民生委員児童委員◆

1・2丁目 石飛 久美子 706-3577 3・4丁目東 小林 兼一郎 708-4661

4西・5丁目 吉本 純美 706-9069 6・7丁目 中田 尚美 707-4565

主任児童委員 吉原 安紀 709-8066

※ 上記各委員は、福祉関係全般の相談をお受けいたします。また、主任児童委員は、子育ての相談をお受けするとともに、小さなお子様がおられるご家庭や、外出が困難な方のご相談には訪問も致します。お気軽にご相談ください。

「ふれあい喫茶」



日時：10月28日（金）10:00～

場所：ふれあいセンター1階

※おしゃべりは自由にできませんが、そろりとやっています♪
美味しいコーヒー飲みに来ませんか？

「ふれあい給食会（福祉部）弁当配布」

第二部



日時：10月28日（金）

11:30～12:00

場所：ふれあいセンター玄関

※来館時は、足元にお気をつけください。



「リズム体操」



日時：10月8日・15日・22日（土）

9:30～

場所：ふれあいセンター1階

※楽しく健康になりませんか？

ラジオ体操

日時：毎日（雨天除く）

6:30～6:40

場所：上穂公園（郵便局横）



※誰でも参加できますよ♪

太極拳



日時：毎日（雨天除く）

8:00～8:25

場所：上穂公園（郵便局横）

※体幹を鍛えませんか？

和風喫茶は感染予防対策が難しい為、休止継続となります。