



# 2月のふれあいセンター



2月は最低気温になる日があります。体には気をつけてください。まだインフルエンザとコロナウイルス感染症が衰えません。各自で感染予防の対策をしてください。振り込め詐欺に気をつけましょう。2月3日は節分です。福が来るといいですね。

## ふれまち事業

風船バレーボール大会を2月3日(土)9:30~12:30(つつじが丘小学校体育館)で行います。推進委員会は2月29日(木)9:30~、各サークル代表者会議11:00~

### “ふれあい喫茶”

2月は祭日のためありません。

### “手話に親しもう♪”

日時：2月8日(木)10:00~  
場所：自治会集会所1階  
内容：節分・豆・鬼の手話を覚えましょう。

### “認知症予防教室”「ここにトレーニング」

日時：2月14日(水)9:30~  
場所：ふれあいセンター1階  
内容：指体操・脳トレ  
・紙コップの輪投げ・連想ゲーム  
※気になる方は参加してみませんか?

### ”和風喫茶”

日時：2月8日(木)14:00~  
場所：ふれあいセンター2階

### “リズム体操”

日時：2月10・17・24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?

### “笑顔の広場”

日時：2月28日(第4水曜日に開催)  
10:00~(1時間程度)  
場所：ふれあいセンター1階

### “すくすく広場”

日時：2月16日(金)10:30~  
場所：ふれあいセンター  
内容：3B体操

### “健康体操①②③”

①・②グループは、毎月木曜日 第1週目・3週目・4週目 午前中(2部構成)  
2月1・15・22日(木)  
9:10~10:10 ①グループ  
10:20~11:20 ②グループ  
③グループは、毎月火曜日 第1週目・2週目・3週目  
2月6・13・20日(火) 9:10~10:00  
場所：ふれあいセンター1階  
※人数制限はありますが、気軽にお越しください。

### “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)  
※体幹を鍛えてみませんか?

### “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)  
※どなたでも参加できますよ♪

## ふれまち事業以外の事業・サークル

ふれあい給食(弁当配食)2月16日(金)11:00~11:30 自治会集会所  
11:30~12:00 ふれあいセンター

・コーラス 第2・第4木曜日13:30~16:00 自治会集会所

### ふれあいのまちづくり協議会からのお知らせ

感染予防対策を行いながらの活動です、ご協力をお願いします。

サークルに加入希望の方は、ふれあいセンター行事予定表を参考にして当日代表者に相談を!