



12月のふれあいセンター



寒くなってきました。体調に気をつけてください。文化祭も雨の中 150 名以上の参加があり成功でした。ふれまちの方たちの頑張りのおかげです。センターもつつじが丘が指定管理を行っている最後の年です。大掃除も 12 月と 3 月と 2 回行いますので、みなさんの協力をお願いします。

12月21日（日）はもちつき大会です。12月26日（金）はふれあいセンターの大掃除です。担当になったふれまち事業・サークルはご協力ください。

1月17日（土）10：00役員会・推進委員会、2月14日（土）10：00臨時総会

ふれまち事業

“ふれあい喫茶”

日時：12月19日（金）10：00～
場所：ふれあいセンター

“手話に親しもう♪”

日時：12月11日（木）10：00～
場所：1丁目自治会集会所
内容：「クリスマス会（自由参加）」

“認知症予防教室”「にこにこトレーニング」

日時：12月10日（水）9：30～
内容：①指体操 ②脳トレ
③ペットボトルボーリング・豆運び

“和風喫茶”

日時：12月11日（木）13：00～
場所：ふれあいセンター

“リズム体操”

日時：12月13・20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？

“コーラス”

日時：12月11・25日（木）13:30～16:00
場 所：1丁目自治会集会所 1階

“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♪

“笑顔の広場”

日時：12月24日（水）10：00～1 時間程度
場所：ふれあいセンター

“すくすく広場”

日時：12月12日（金）10：30～
内容：「クリスマス会」
場所：ふれあいセンター

“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）

12月4・18・25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

12月2・9・16日（火） 9:05～10:00

場 所：ふれあいセンター1階

現在たくさんの方が参加していますので、
これ以上の参加はご遠慮ください。

“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？

ふれまち事業以外の事業

ふれあい給食（会食）12月19日（金）11：30～ つつじが丘自治会集会所

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！