



# 1月のふれまちだより



明けましておめでとうございます。今年の3月でふれまちの事務所の移転となりました。4月からもご協力をお願いします。真冬の寒さとなりました。体調に気をつけてください。インフルエンザが大流行しています。気をつけてください。

12月21日(日)のもちつき大会は大盛況でした。

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

<p>“ふれあい喫茶” 日時：1月23日(金) 10:00~ 場所：ふれあいセンター</p>	<p>“笑顔の広場” 日時：1月28日(水) 10:00~1時間程度 場所：ふれあいセンター</p>
<p>“手話に親しもう♪” 日時：1月8日(木) 10:00~ 場所：1丁目自治会集会所 内容：「お正月に関する手話を覚えましょう」</p>	<p>“すくすく広場” 日時：1月16日(金) 10:30~ 内容：「ベビーマッサージ」 (バスタオルをご持参下さい) 場所：ふれあいセンター</p>
<p>“認知症予防教室”「にこにこトレーニング」 日時：1月14日(水) 9:30~ 内容：手遊び・脳トレ・割り箸取りゲーム ・変形ボール</p>	<p>“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) 1月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 1月6・13・20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。</p>
<p>”和風喫茶” 日時：1月8日(木) 13:00~ 場所：ふれあいセンター</p>	
<p>“リズム体操” 日時：1月10・24日(土) 9:30~ 場所：ふれあいセンター1階 1月17日(土) 9:30~ 自治会第2集会所 ※楽しく健康になりませんか?</p>	<p>“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?</p>
<p>“コーラス” 日時：1月8・22日(木) 13:30~16:00 場 所：1丁目自治会集会所1階</p>	<p>“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♪</p>

## ふれまち事業以外の事業

ふれあい給食(会食) 1月23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!