



10月のふれまちだより



秋らしくなったようですが、各地で大雨による被害が出ています。また、今年は9月からインフルエンザが流行しているようです。気を付けてください。つつじが丘は高齢者が多く認知症の方も多くなっています。そのため高齢者声掛け訓練を10月27日（火）10：00～12：00 1丁目自治会集会所・つつじが丘南公園で実施します。たくさんの参加をお願いします。

10月3日（土）9：30～ふれまち役員会・10月27日（火）高齢者声掛け訓練・11月8日（日）つつじが丘文化祭

ふれまち事業

“ふれあい喫茶”

日時：10月15日（木）10:00～
場所：1丁目自治会集会所

“手話に親しもう”

日時：10月8日（木）10:00～
場所：1丁目自治会集会所集会所
内容：文化祭に向けて手話歌を覚えましょう

“認知症予防教室”「にこにこトレーニング」

日時：10月14日（水）9:30～
場所：4丁目自治会第2集会所
内容：指体操・脳トレ。おじゃみを使ったゲーム・コップの積み上げゲーム

”和風喫茶”

日時：10月8日（木）13:00～16:00
場所：1丁目自治会集会所和室

“リズム体操”

日時：10月10・17・24日（土）9:30～
場所：1丁目自治会集会所集会所
※楽しく健康になりませんか？

“コーラス”

日時：10月8・22日（木）13:30～16:00
場所：1丁目自治会集会所集会所

“笑顔の広場”

日時：10月28日（水）10:00～12:00
場所：1丁目自治会集会所集会所

“すくすく広場”

日時：10月16日（金）10:30～11:30
場所：4丁目自治会第2集会所
内容：神戸看護大学学生による
・「こんな時どうする？」困った時の対処法などの紹介
・みんなで身体を動かそう！

“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）10月1・15・22日（木）
①グループ 9:10～10:10
②グループ 10:20～11:20
場所：4丁目自治会第2集会所
③グループは、毎月火曜日 第1週目・2週目・3週目
10月6・13・20日（火） 9:30～10:30
場所：1丁目自治会集会所集会所
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？

“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

10月のふれあい給食は23日 11:30～1丁目自治会集会所集会所

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、ふれまち行事予定表を参考にして当日代表者に相談を！