

ほっとらいふだより



住み慣れたこのまちで 元気で長生き！

TEL 080-5343-5292

ほんわかカフェ



お茶とお菓子をいただきながら
楽しいひとときをすごしませんか

社協ほんわかセンターの
高橋さん・廣井さんが
楽しいひとときを演出します

日時 2月4日(木) 13:00~
場所 不動ヶ丘自治会館
費用 100円
(お菓子とお茶つき)

皆さんの参加をお待ちしています

福祉委員会共催

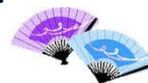
ふとうがおか 落語会



笑いは元気の源・百薬の長と申します
玄人はだしの落語家さんのお噺で
明るく元気なまちづくり！

(上方落語普及協会会長)

出演 紫亭京太郎さん
笑谷亭いわしさん



日時 2月28日(日) 13:00~

場所 不動ヶ丘自治会館

費用 無料

定刻までに入場いただきますようお願いいたします



第2回 太極拳入門

日時 2月18日(木) 13:00~15:00

場所 不動ヶ丘自治会館

会費 200ポイント又は200円

運動しやすい服装でお越し下さい。(予約不要)

太極拳は、心とからだを芯から癒します。
気血の流れを良くし、体内
バランスを整えます。
ゆったりとした動きは
体を芯からリラックス。

初めの方、大歓迎！

◎ 講師は16班高木直美さんです



ノルディックウォーキングの集い



第14回 2月10日(水) 午後4時集合

第15回 2月24日(水) 午後4時集合

ストレッチ・町内ウォーキング・クールダウン
参加自由・見学OK!・ポール回転します

西友・ばんばんお買い物ツアー

第35回 2月3日(水) 午後2時出発

第36回 2月17日(水) 午後2時出発

4名以上、8名様まで 200ポイント/人
申し込みは1日前迄にお願いします



伏見堂老人クラブ ふれあい朝市

時間 午前8時より

場所 三角公園にて

新鮮な野菜をお安く提供します

毎月 8日、18日、28日

