

# ほっとらいふだより



TEL 080-5343-5292

## 住み慣れたこの町で元気に長生き！

### 福祉委員会主催 「いきいきサロン」

高齢者を狙う悪質訪問やオレオレ詐欺などの被害にあわないように、大阪弁護士会と大阪府警の協力により「いきいきサロン」を開催します。多数のご参加をお待ちしています。

日時 2月16日(12:00~15:00)  
場所 不動ヶ丘自治会館  
申込み 回覧文書により班長さんまで

＜第1部＞ (12:00~13:00)

豚汁・おにぎりを食べながら歓談

＜第2部＞ (13:00~15:00)

大阪弁護士会による「高齢消費者講座」

講師：大阪弁護士会所属 堤 茂豊弁護士

大阪府警本部生活安全指導班の皆さんによる  
「高齢者を狙う特殊詐欺の防止について」

## 第14回 太極拳入門

日時 2月9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。  
初めての方、大歓迎！



## 編み物しませんか～



日時 2月2日(木) 13:00~  
場所 不動ヶ丘自治会館  
参加費 200ポイント又は200円  
毛糸1玉でできるえり巻きを作りましょう  
指導は堀内さん、高木さんです  
持ち物：棒針(かぎ針も可)、毛糸玉1玉(中細位)  
好評につき、第2回目です。

## 毛糸を使ってブローチ作り




日時 2月23日(木) 13:00~  
場所 不動ヶ丘自治会館  
材料費150円+参加費200ポイント又は200円  
余っている毛糸をチクチクと針で刺すだけで  
ブローチが出来ます！  
コートや帽子、マフラーに付けたらお洒落！  
誰でも簡単、余っている毛糸持参ください。

## ノルディックウォーキングの集い



第38回 2月8日(水) 午後4時集合  
第39回 2月22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59回 2月1日(水) 午後2時出発  
第60回 2月15日(水) 午後2時出発  
200ポイント/人  
申し込みは1日前迄にお願いします 

## ふれあい朝市

毎月8日・18日・28日  
午前8時分より  
三角公園にて開催中

## 古紙・缶回収事業

毎月第3日曜日  
9時までに玄関先へ  
ご協力お願いします

## コープの移動販売車

毎週土曜日15時~  
坂を下りずにお買い物  
皆さまのお越しをお待ちしています