

ほっとらいふだより



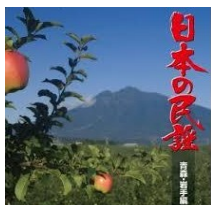
住み慣れたこの町で元気に長生き！

TEL 080-5343-5292

お楽しみ民謡ショー

大阪狭山市のボランティアグループ
”豊祥会 “の皆さんがやってきます！

昔懐かしい民謡を
みんなで聞き・歌い
楽しい時間を一緒に
過ごしましょう！



日時 10月10日（木） 13時～15時
場所 不動ヶ丘自治会館
会費 200円（お菓子と珈琲、紅茶など）

福祉委員会共催行事

第18回 歌声サロン



お菓子とおしゃべりも楽しみ

日時 10月17日（木） 13時～15時
場所 不動ヶ丘自治会館

会費 200円（お菓子と珈琲、紅茶など）

大きな声で歌えば脳の活性化に
つながり、認知症予防にも！



アコーディオンとキーボードにあわせて
さあ！みんなで歌いましょう！



社会福祉協議会協賛

高齢者の健康測定

今回、“やすらぎの村”さんのご協力で
普段なかなか出来ない健康測定会を
行います。ぜひ参加をお願いします。

日時 10月24日（木） 13時～15時
場所 不動ヶ丘自治会館
会費 200円
（お菓子と珈琲、紅茶など）



今月のほっとカフェは・・・

新聞紙で作るフローチ

今回は、新聞紙でフローチをつくれます

わいわいおしゃべり、みんなで楽しく

日時 10月31日（木） 13時～15時
場所 不動ヶ丘自治会館
会費 200円
持ち物 はさみ、のり、
カラーの新聞紙



お菓子とお茶（珈琲/紅茶）で楽しいひとときを

ノルディックウォーキングの集い



第96回 10月8日（火）午後5時集合
第97回 10月22日（火）午後5時集合
今回から実施日を火曜日に変更いたしました
参加自由・見学OK！ポール回転します

西友・ばんばんお買いものツアー

第123回 10月 2日（水）午後2時出発
第124回 10月16日（水）午後2時出発
200ポイント/人
申し込みは前日迄にお願いします



ふれあい朝市

毎月 8日・18日・28日
午前8時より
三角公園にて開催中

古紙・空缶回収事業

毎月第3日曜日
9時までに玄関先へ
ご協力をお願いします

コープの移動販売車

毎週金曜日15時15分～
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