

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 070-4387-0529

スーパー松源の移動販売車「とくし丸」の販売時間です。

月曜日、木曜日 地藏尊前 11:15 自治会館 11:45



元気はつらつ体操 (参加費無料) 市役所高齢介護課推奨



9月6.20の水曜日に行います。

6日は栄養相談です。食事は健康にとって、とても大切な事です。

相談、質問受け付けますので是非ご参加してくださいね！

上靴、水筒、ボールをご持参ください。5月より第1.3.5の水曜日に実施しています。

桑田さんの指導で自強術(健康体操)参加費無料

9月13.27日(水曜)に行います。動きやすい服装、水筒をお持ちください。

5月より毎月、第2、第4の水曜日に続けて行います。自分の身体を自分で整える体操です。

男性も是非ご参加ください！

不動ヶ丘町自治会館公式アカウントが出来ました。

自治会館を有効利用しましょう！



こどもひろば 開催

金曜日 16時～18時

福祉委員会共催

転倒予防体操

日時 9月14日(木) 13時～15時

参加費 200円

男女問わずどなたでも参加できます。

認知症予防体操も同時にします。

動きやすい服装でお越しください。

体操の後はお茶とお菓子でおしゃべりタイム

上靴、水分をお持ちください。

自治会、長寿会、福祉委員会共催

敬老会

日時 9月28日(木) 12時～3時

参加費 1000円(お弁当代として)

詳細、申込用紙は自治会より戸別配布します

「富田林民話かたりべ会」のグループをお招き

しています。富田林の民話、楽しみですね！

多数のご参加お待ちしております。

ノルディックウォーキングの集い

9月12日(火) 17時～

9月26日(火) 17時～

ポール購入希望の人はご相談下さい。



お買い物ツアー(滝谷スーパーライフ)

第210回 9月6日(水) 午後2時出発

第211回 9月20日(水) 午後2時出発

200ポイント/人

申し込みは前日までにお願いします。



毎月第3日曜日9時までに玄関先へ アルミ缶とスチール缶は分別してください

新聞・段ボール・空き缶(鍋など金属類)・古着を回収しています

ほっとらいふは「地域公共交通を進めるモデル地区」として富田林市とも連携しています