

新十津川町社会福祉協議会

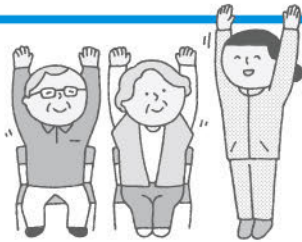
【事務所】 新十津川町字中央306番地3 [みらいえ]
☎ 76・2600 FAX 76・3505

ふれあい

No.251

ふれあいネットワーク

「すまいるあっぷ」で 冬の運動習慣を!



参加費
無料

会場はお住まいの
行政区会館です



楽しく、介護予防!

すまいるあっぷは、お住まいの行政区会館で運動ができる介護予防教室です。体操や軽運動が中心のため、ご自身のペースで無理なく参加でき、同じ地域の方との交流も楽しめます。

- ◆ 対象者 おおむね65歳以上の方
※65歳未満の方の参加も可能です
- ◆ 時 間 10:00～11:30
- ◆ 送迎費(希望者のみ) 往復100円

月曜日	橋本区・弥生区
火曜日	菊水区・花月区
水曜日	みどり区・青葉区・徳富区
木曜日	中央区・大和区
金曜日	文京区・総進区

新
メニュー

スラックレール



レールの上を歩いたりすることで、体幹を鍛えることができます!



私たちと一緒に
介護予防!

すまいるあっぷ 戦隊

カイゴヨボージャー

【お問い合わせ・お申し込み】

新十津川町社会福祉協議会・ボランティアセンター ☎(0125)74-5343



あざれあ工房「クリスマス製品」の販売



地域活動支援センターあざれあ工房では、クリスマスリースやオーナメントなどのクリスマス製品を12月25日(木)まで役場庁舎ロビーで販売しています。



ぜひ、ご覧ください!

今月のまんまるカフェ

- 【とき】 12月19日(金)
午前10時～11時30分
- 【ところ】 総合健康福祉センター ゆめりあ
- 【参加費】 200円
- 【内容】 クリスマスの集い

クリスマスツリーの飾りつけをしたり、装飾紙でオリジナルツリーの個人作品を制作します。個性豊かな作品を並べて、みらいえを装飾しましょう。

また、年末のお楽しみ行事(詳細は秘密)や今年1年の楽しかった時間を振り返ります♪



- 【申込先】 地域包括支援センター
宮本・古島 ☎72-2030

まんまるカフェは、高齢者や認知症の方、その家族や地域住民の方などが楽しく過ごす居場所として、月1回開催しています。参加ご希望の方は、お電話でお申し込みください。

みんなの食堂

- 【とき】 1月10日(土) 正午～午後2時
 - 【ところ】 明和会事務所(旧ふじ宴)
 - 【参加費】 子ども無料、大人200円
 - 【内容】 カレーライスなど
- ※メニューは、フードドライブの状況により、変更となる場合があります。

計100食
限定

大人も子どもも、
みんなで一緒に
楽しくご飯を
食べよう♪



●ご厚情感謝申し上げます
●社会福祉協議会へ

◆高橋 泰之さん(文京区) 5万円
◆故俊雄様生前のお礼
◆木川 桃子さん(中央区) 3万円
◆故隆夫様生前のお礼



生活支援コーディネーターだより ～畑から広がる、笑顔の輪～



ある団地の近くを通りかかった際、畑で談笑しているお二人に出会いました。最初は団地で挨拶をするだけの間柄でしたが、ひょんなことから二人で畑をすることに。「好きな時に来て、畑作業をしたり、おしゃべりをするのが楽しいんだ」と話をされていました。趣味がきっかけで交流が始まったお二人。このような日常での自然な交流(お宝)が地域の絆(支え合いの輪)を強くします。

地域には、目立たないけれど欠かせないお宝がたくさんあります。人の思いや助け合い、日常の中にこそ、地域を支える力が息づいています。

生活支援コーディネーター
佐藤 あかね

