



# 社会福祉協議会だより

木々の葉も色づく季節になりましたが、皆さまおかわりありませんか？今月も楽しいイベントが盛りだくさんあります♪  
皆さまのご参加を心よりお待ちしております。

## 健康すこやか体操

11月6日(水)

中唐戸児童館

午前10時30分～12時



ボールを使って、だれでも楽しくできる

体操です。間違い探しなどで楽しい

ひとときを過ごしています♪

お茶を飲みながらのほっこりタイムもあります♪

次回：12月4日(水)



## 健康すこやかヨガ

11月11日(月)

中唐戸児童館

午前10時15分～11時45分



アロマの香る部屋でリラックスしながら行います。

持ち物… マットかバスタオル、お茶

次回：12月9日(月)

## 健康すこやか教室

11月20日(水)

中唐戸児童館

午前10時30分～12時



テーマ：「おいしく食べて

フレイル予防！」

講師：管理栄養士：荒木 紗代 氏

## 梅生会

11月8日(金)

上鳥羽北部

いきいき市民活動センター

午後1時30分～3時30分

次回：12月13日(金)

## 悠遊の集い

季節の行事や昔から伝わる文化に

親しんでみませんか？お茶をのんで

ほっこりしましょう♪

興味のある方は中唐戸児童館に

お問い合わせください。



## お買い物ワゴン

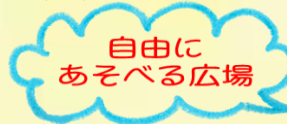
お年寄りの方や身体の不自由な方

(原則、要支援認定の方)を対象に、

日常生活の買い物の支援事業です。

詳しいことは、鳥羽ホームにお尋ねください。

☎ 075-692-1147



## 上鳥羽子育てサロン ほっこりん

11月12日(火)

午前10時30分～12時

中唐戸児童館

次回：12月10日(火)

## ほっとびるば ぱるっこ

11月15日(金)

午前10時30分～12時

中唐戸児童館

次回：12月6日・20日(金)



第45回

### なかからとじどうかん

こどもまつり

ひにち：12月1日(日)

じかん：ごぜん10じ30ふん～ごご2じ

今年はどんなこどもまつりになるのかな？  
おたのしみに～♪

## 上鳥羽学区子育て支援ステーション事業 公園であそび隊

11月1日(金)

午前10時30分～11時30分

場所：村山公園

ミニ運動会をするよ♪



お問い合わせは  
児童館までご連絡ください。

中唐戸児童館 ☎ 075-672-2900

(開館時間…午前10時～午後6時30分)