

上溝地区社会福祉協議会

「ぶらっと上溝」10月～11月の行事予定

絵手紙教室 毎月第3火曜日 10月16日・11月20日

◎9:45～11:00 ◎11:15～12:30 参加費:200円



ハガキサイズの和紙に、絵を描いて色付けします。道具はこちらで用意します。途中参加もOKです!(各先着10名まで)



みんなの食堂 10月13日・11月17日 (11月はふくしまつりのため日程変更)

毎月第2土曜日 11:30～13:00

食事代:おとな(高校生以上)200円 こども(中学生以下)100円

皆でお昼ご飯を一緒に食べませんか?

美味しいご飯をご用意してお待ちしております。

30食限定



かふえみぞ 毎月第2～5火曜日



10月9日16日23日30日・11月13日20日27日

11:00～15:00 コーヒー:一杯100円

皆さんで美味しいコーヒーを飲みながらお話しませんか?

おやこサロン 毎月第3金曜日 10月19日・11月16日

10:30～11:30 参加費:無料

就学前の親子を対象に、保育士と一緒に遊んだり、子育て中の方の情報交換の場としています。身体測定も行います!



ぶらっと子どもキッチン 毎月第4土曜日 10月27日・11月24日

30食限定

11:30～13:00

みんなと一緒にわいわいこども(中学生以下)100円

楽しく食べよう! おとな(高校生以上)200円



健康マージャン 毎週水曜日・金曜日(ただし第3金曜日はのぞく)

9:45～15:45

初心者限定

脳トレに最適!初心者のための教室です!お気軽にご参加ください。



高齢者支援センター 健康メイト 毎月第1火曜日 10月2日・11月6日

10:00～12:00

相談は無料です



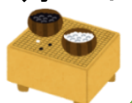
みんなと一緒に、お気軽に介護予防や仲間づくりをしてみませんか?

囲碁・将棋 毎月第2月曜日 10月22日(10月は第4月曜日に変更です)・11月12日

9:45～12:00

参加費:無料

手ぶらでお越しください。皆様のお越しをお待ちしております。



☆上記事業はすべて事前申込みは不要です。皆様のご参加をお待ちしています☆

毎月第1土曜日は、日常のお困りごと(草取り・家事手伝い等)相談を受け付けています。電話でも、直接来ていただいてもかまいません。相談受付電話:810-7050

上溝地区社会福祉協議会

「ぶらっと上溝」10月～11月の行事予定(続き)

骨盤を整える体操教室 毎月第1土曜日・第3火曜日
参加費：無料 10月6日16日・11月3日20日

事前予約制

体のゆがみを整えてスッキリ♪

- ① 13:30～ ②14:00～
③ 14:30～ ④15:00～

各回20分、定員5名。内容は同じです。

持ち物：タオル、飲み物、動きやすい服装で

開催日が月2回に
増えました！
是非ご参加ください！



弁護士無料相談 毎月第3月曜日 10月15日・11月19日
13:30～・14:30～・15:30～

担当：桐生 貴央 弁護士

申込み〆切：当該月の第2水曜日（先着順になります。）

事前予約制



折り紙教室 10月9日(火)・11月6日(火)←11月から第1火曜日に変更です！

事前予約制



13:30～14:30

定員15名 参加費：無料

1枚の折り紙からいろいろな世界が広がります。 (申込みは毎月1日から先着順で受付け。11月からは前月15日からに変更となります。)

【お申し込み・お問合せ：上溝地区社会福祉協議会】

電話 703-9390 FAX 761-1249

(上溝まちづくりセンター内) 平日午前9時から午後5時まで

開催場所「ぶらっと上溝」 住所：上溝6-2-16 (上溝高校前)

バザー用品の提供にご協力をお願いします！

11月10日に開催される第6回ふくしまつり会場で、ふくしバザーを開催します。このバザーの売り上げは上溝地区社会福祉協議会が行う福祉事業に活用させていただきます。ご協力よろしくお申し上げます。

＜提供をお願いしたいもの＞

(未使用のもの、洋服については、未使用またはクリーニング済みのもの)

- ☆洋服 ☆日用品 ☆雑貨品
等々・・・

＜受け付けられないもの＞

- ☆食品 ☆骨董品
☆使用済のもの
☆クリーニング済みでない洋服



受付日時

- 平成30年11月3日(土)～
11月7日(水)
○午前10時～午後1時

受付場所

- 交流の家「ぶらっと上溝」
(上溝高校前)
住所：上溝6-2-16

