

# 上溝地区社会福祉協議会

## 「ぶらっと上溝」5月～6月の行事予定

絵手紙教室 毎月第3火曜日 5月15日・6月19日

◎9:45～11:00 ◎11:15～12:30 参加費:300円

午前2部制に  
なりました!

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 毎月第2土曜日 5月12日・6月9日

午前11時30分～午後1時 (←時間が変わります!)

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



5月8日15日22日29日・6月12日19日26日

午前11時～午後3時 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 5月18日・6月15日

午前10時30分～午前11時30分 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、地域の方々の子育て支援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 5月26日・6月23日



30食限定

午前11時30分～午後1時 (←時間が変わります!)

みんなで一緒にわいわい 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)

午前9時45分～午後3時45分

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相談

毎月第4火曜日 5月22日・6月26日



相談は無料です

午前10時～正午

生活に関する心配事から介護保険のことまでお気軽にご相談ください。

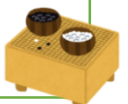
囲碁・将棋

毎月第2月曜日 5月14日・6月11日

注意!!開催日時が  
変更になりました。

午前9時45分～正午 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」5月～6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 5月15日 **(5月5日はお休みします!)**・6月2日19日

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!

**事前予約制**



弁護士無料相談 毎月第3月曜日 5月21日・6月18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  毎月第2火曜日 5月8日・6月12日 定員15名

**事前予約制**

13:30～14:30 参加費：無料

(申込みは毎月1日から  
先着順で受付けます。)

**(4月から時間が変更になりました!)**

1枚の折り紙からいろいろな世界が広がります。お気軽にご参加ください!

【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)