

上溝地区社会福祉協議会

「ぶらっと上溝」6月～7月の行事予定

値下げ
しました!

絵手紙教室 毎月第3火曜日 6月19日・7月17日

◎9:45～11:00 ◎11:15～12:30 参加費:200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 6月9日・7月14日

11:30～13:00 (←時間が変わりました!)

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



6月12日19日26日・7月10日17日24日31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 6月15日・7月20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、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 6月23日・7月21日(7月は夏祭りの為日程変更)



30食限定

11:30～13:00 (←時間が変わりました!)

みんなで一緒にわいわい 楽しんで食べよう!
こども(中学生以下)100円
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相談 毎月第1火曜日 6月5日・7月3日

注意:6月から毎月第1火曜日
に変更になりました! 10:00～12:00

相談は無料です



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 6月11日・7月9日

注意!!開催日時が
変更になりました。

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」6月～7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 6月2日19日・7月7日17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 6月18日・(7月16日はお休みします)
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 6月12日・7月10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。)

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)