

元気シニアのための体操教室 わくわくクラブの募集

わくわくクラブ相原・湘北

日時：毎月第1木曜日（1月は第3）
時間：13：30～15：00
場所：湘北病院3階
（3階までは階段をご利用頂きます）
定員：40名程度（お申し込み順）
対象：運動に支障のない65歳以上の方
持ち物：汗ふきタオル、飲物、上履き
費用：無料

わくわくクラブ相原・二本松

日時：毎月第3木曜日
時間：10：00～11：30
場所：ポーナビル二本松 別館
定員：20名（お申し込み順）
対象：運動に支障のない65歳以上の方
持ち物：汗ふきタオル、飲物、上履き
費用：半年1500円（保険代込み）



体操で体を温めましょう！ ご近所体操のご案内です



ご近所体操 森下子ども広場

日時：毎月第2・第4金曜日
12月8日、22日
H30年1月12日、26日
時間：9：00～9：30
森下子ども広場（相原6-24）

ご近所体操 橋本元木公園

日時：毎月第2・第4金曜日
12月8日、22日
H30年1月12日、26日
時間：10：00～10：30
橋本元木公園（橋本8-21）

ご近所体操 二本松公園

日時：毎月第1・第3木曜日
12月7日、21日
H30年1月18日
時間：10：00～10：30
二本松公園（二本松4-16）

ご近所体操 田通公園

日時：毎月第2・第4火曜日
12月12日、26日
H30年1月9日、23日
時間：9：00～9：30
田通公園（相原3-13）

ご近所体操 シオン にご近所体操 ななかまど にご近所体操 はっぴー

日時：毎月第1・第3火曜日
12月5日、19日
H30年1月16日
時間：10：00～10：30
相原児童遊園（二本松4-8）

日時：毎月第1月曜日
12月4日、
H30年1月お休み
時間：14：00～14：30
さくら公園（二本松3-17）



日時：毎月第1・第3水曜日
12月6日、20日
H30年1月17日
時間：10：00～10：30
窪ノ淵公園（二本松1-28）



参加者募集中です!!



二本松にここサロン

二本松町内会会館にて毎月第1・3金曜の10時から開催されています。歌や体操、レク等を通して楽しんでいます。

いきいきサロン二本松集会所

二本松集会所にて毎月第4土曜日の10時から開催されています。体操やレク等を通して楽しんでいます。



北警察署からのお知らせ

年末の交通事故防止運動スローガン
笑顔で年末 無事故で新年

北消防署からのお知らせ



消防署からの標語
火の用心
言葉を かたちに 習慣に



社会福祉協議会 生活支援コーディネーターより

生活支援コーディネーターとして、地域の高齢者の居場所づくり、百歳体操やその他の住民主体サービスの立ち上げ、ご近所の困り事等の相談受けの活動をさせていただいています。今迄のご協力に感謝申し上げます。これからの私達の活動としては、地域の居場所づくり、場所の提供をしてくださる方、担い手を募集していきます。是非ご協力をお願いします。

ご自宅の開放や空室の利用スペース等、提供して下さる方大募集しています！

12月 今月の予定 H30年1月

日	曜	行事	開始時間
1	金	二本松にこにこサロン 町	10時～
2	土	いきいき百歳体操 相原病院	13時半～
3	日		
4	月	出張相談窓口 相原病院 ジョイフル歌唱会 支 ご近所体操ななかまどさくら公園	10時～ 13時半～ 14時～
5	火	ご近所体操シオン 相原児童遊園	10時～
6	水	だいわ花壇の会 大和製罐 ご近所体操はッピー窪ノ淵公園	9時～ 10時～
7	木	ご近所体操 二本松公園	10時～
8	金	ご近所体操 森下子ども広場 ご近所体操 橋本元木公園	9時～ 10時～
9	土	いきいき百歳体操 相原病院	13時半～
10	日		
11	月	じょいふる農園 畑	9時～
12	火	ご近所体操 田通公園	9時～
13	水		
14	木	じょいふるカフェ 支	10時～
15	金	二本松にこにこサロン 町	10時～
16	土	いきいき百歳体操 相原病院	13時半～
17	日		
18	月		
19	火	ご近所体操シオン 相原児童遊園	10時～
20	水	ご近所体操はッピー窪ノ淵公園	10時～
21	木	ご近所体操 二本松公園	10時～
22	金	ご近所体操 森下子ども広場 ご近所体操 橋本元木公園	9時～ 10時～
23	土		
24	日		
25	月	じょいふる農園 畑	9時～
26	火	ご近所体操 田通公園	9時～
27	水		
28	木	じょいふるオレンジカフェ 支 (認知症カフェ)	10時～
29	金	相原高齢者支援センター仕事納め	
30	土		
31	日		

日	曜	行事	開始時間
1	月		
2	火		
3	水		
4	木	相原高齢者支援センター仕事始め	
5	金		
6	土		
7	日		
8	月		
9	火	ご近所体操 田通公園	9時～
10	水		
11	木	じょいふるカフェ 支	10時～
12	金	ご近所体操 森下子ども広場 ご近所体操 橋本元木公園	9時～ 10時～
13	土	いきいき百歳体操 相原病院	13時半～
14	日		
15	月	ジョイフル歌唱会 支 じょいふる農園新年会 栗の里	13時半～ 14時～
16	火	ご近所体操シオン 相原児童遊園	10時～
17	水	だいわ花壇の会 大和製罐 ご近所体操はッピー窪ノ淵公園	9時～ 10時～
18	木	ご近所体操 二本松公園	10時～
19	金	二本松にこにこサロン 町	10時～
20	土	いきいき百歳体操 相原病院	13時半～
21	日		
22	月		
23	火	ご近所体操 田通公園	9時～
24	水		
25	木	じょいふるオレンジカフェ 支 (認知症カフェ)	10時～
26	金	ご近所体操 森下子ども広場 ご近所体操 橋本元木公園	9時～ 10時～
27	土	いきいき百歳体操 相原病院	13時半～
28	日		
29	月		
30	火		
31	水		

町：二本松町内会会館
集：二本松自治会集会所
合：緑合同庁舎
畑：「栗の里」向い側
支：相原高齢者支援センター

※12/30～1/3まで相原高齢者支援センターはお休みとなります。

※地域内で「いきいきサロン相原」「相原お茶べり会」「いきいきサロン二本松集会所」も開催しています。

参加者募集中です!!

だいわ花壇の会

日時：毎月第1・第3水曜日 9:00～
(雨天中止)
内容：園芸、花壇作りを通じた交流の場
場所：大和製罐(株)グラウンド
参加費：保険代として年間300円
※1～3月は第3水曜のみです。

ジョイフル歌唱会

皆さんで童謡を歌う会の集まりです。
日時：毎月第1月曜日 13:30～15:00
12月5日、H30年1月15日
場所：相原高齢者支援センター
対象者：75歳以上の方
費用：初回のみ1300円(本と保険代)

出張相談のお知らせ

介護保険、認知症の事等
お気軽にご相談ください。
日時：毎月第1月曜日 10:00～12:00
12月5日(H30年1月は感染症予防の為お休みします) 場所：相原病院

栗の里じょいふる農園

日時：毎月第2、4月曜日 9:00～
(雨天中止・天候等での日時変更あり)
内容：畑作業や収穫を通じた交流の場
場所：「レストラン栗の里」向い側の畑
参加費：年会費2000円(保険代など)
主催：じょいふるカフェ会(代表：木村)
※1月の活動予定はないです。

けせら会(小旅)

毎月第1水曜日に、計画を立てる為の話合いと、往復7時間程度で行ける距離の小さな旅を交互に毎月1回実施しています。

じょいふるカフェ

日時：毎月第2木曜日 10:00～
内容：体操や介護予防の講座を実施しています。
12月14日 認知症予防ゲーム
軽い体操・歌
1月11日 新年会・歌の会

じょいふるオレンジカフェ(認知症カフェ)

日時：毎月第4木曜日 10:00～
内容：日頃の介護の悩みを話しあい、ほっとする場です。
12月28日 座談会・意見交換会
1月25日 座談会・意見交換会

活動報告

11/13、栗の里駐車場にて
じょいふる農園いも煮会を行いました。



地域介護予防教室
料理グループ「花の会」が結成されました。



10/26、相原高齢者支援センター交流スペースにて
小林先生等の演奏であいらじょいふるコンサートを行いました。

