

ほっとらいふだより



住み慣れたこの町で元気に長生き！

TEL 080-5343-5292

予告

敬老会を予定しています (自治会・福祉委員会・長寿会協賛)

日時 9月18日(月曜日・敬老の日) 11:00~15:00

場所 不動ヶ丘自治会館

参加費 1,200円(昼食代)

詳細は別途回覧の上、参加者募集いたします



楽器演奏・コーラス
マジック・ビンゴゲーム
など検討中！

中華ランチに行きましょう！

お友だちと一緒に中華ランチに行きましょう！
イオンの近くなのでお買い物もできます
ほっとらいふが送迎します

日時 9月7日(木) 11:30~地蔵尊前集合

場所 中華料理「蒼河」(そうか)

お料理は1,000円程度

イオンの駐車場を利用します

会費 200ポイント又は200円

申込み 9月5日(火)まで



第21回 太極拳入門

太極拳は、心とからだを芯から癒します。
気血の流れを良くし、体内バランスを整えます。
ゆったりとした動きは体を芯からリラックス。
初めての方大歓迎です。

日時 9月14日(木) 13:00~

場所 不動ヶ丘自治会館

会費 200ポイント又は200円

運動しやすい服装でお越し下さい。(予約不要)



オリジナルのお皿を作きましょう！

白磁のお皿に素敵なシールを張り、焼成することでオリジナルのお皿が作れます！
お料理を載せてもよし、飾り皿にも！
お菓子を用意してお待ちしています。

日時 9月21日(木) 13:00~

場所 不動ヶ丘自治会館

会費 材料費・焼成代として1,000円

+ 200ポイント又は200円

申込み 9月14日(木)まで



第5回 ほろ酔いサロン

適度のアルコールとスタッフによる手料理とおつまみで楽しいひとときを！女性も大歓迎！

日時 9月22日(金) 18:00~

場所 不動ヶ丘自治会館

会費 1,000円

申込み 9月19日(火)まで

差し入れ大歓迎！



ノルディックウォーキングの集い



第50回 9月13日(水) 午後5時集合

第51回 9月27日(水) 午後5時集合

ストレッチ・町内ウォーキング・クールダウン

参加自由・見学OK！ポール斡旋します

西友・ぼんぼんお買いものツアー

第73回 9月6日(水) 午後2時出発

第74回 9月20日(水) 午後2時出発

200ポイント/人

申し込みは前日迄にお願いします



ふれあい朝市

毎月8日・18日・28日

午前8時より

三角公園にて開催中

古紙・空缶回収事業

毎月第3日曜日

9時までに玄関先へ

ご協力お願いします

コープの移動販売車

毎週土曜日14時30分~

坂を下りずにお買い物

皆さまのお越しをお待ちしています