

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

ほっとらいふは「住み慣れたこの町で元気に長生き」を合言葉に支援を行っています。高年齢・一人暮らしなどで通院や日常生活でお困りの方はご相談ください。



寒暖の差が激しい季節です。部屋の移動・入浴・インフルエンザなどにも充分注意しましょう。

重要なお知らせ

3月中旬までの高齢者の自治会館での催しをお休みします

新型コロナウイルスが蔓延しています。今後さらに広がるのが大切な時期となっています。富田林市では現在かかっている方はおりませんが、万全の対応のためほっとらいふの自治会館での集いと介護予防教室におきまして活動をお休みさせていただきます。（介護予防教室は、3月4日・11日を休講とします。）

なお、新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は

1. 石けんやアルコール消毒液による手洗い
2. マスクの着用
くしゃみや咳が出るときはティッシュ・袖などで鼻・口を覆う
3. 交通機関や人ごみの多い場所は極力避ける

カーリンコン教室

カーリングからヒントを得て“手軽に楽しめる”インドアスポーツです。



5班永田さんが先生です。

日時 3月26日（木） 13時～
場所 不動ヶ丘自治会館
会費 無料

第14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今年度最後のサロン！女性も大歓迎！



日時 3月30日（月） 18時～20時
場所 不動ヶ丘自治会館
会費 1000円
申込み 3月27日（金）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106回 3月10日（火）午後4時集合
第107回 3月24日（火）午後4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・ばんばんお買い物ツアー

第133回 3月4日（水）午後2時出発
第134回 3月18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
ご協力をお願いします

コープの移動販売車

毎週火曜日15時20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