

ほっとらいふだより

第70号 令和2年8月1日

不動ヶ丘高齢者等生活支援生活プロジェクト



住み慣れたこの町で元気に長生き！

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。
通院や日常生活でお困りの方はご相談ください。



新型コロナウイルスの感染者が増えているニュースが気になります。

ほっとらいふでは催しの数を減らし部屋の換気、接触に注意していますが、感染拡大防止の観点から中止となる催しもでてくると思いますが、その際は掲示板等で別途連絡いたします。

[*室内での熱中症に気を付けましょう！](#)

◎ほっとらいふの電話番号が変わりました。登録変更をお願いします。 **TEL 070-4387-0529**

◎8月12日(水)は介護予防教室をお休みにします。

◎自治会館での催し参加には体調管理してマスク着用をお願いします。

福祉委員会共催行事

懐メロ体操

懐かしい歌謡曲に合わせてリズムカルに
身体を動かしましょう！



7月から始まった新しい教室です。

脳トレ、体操と先生の指導で行っています。

立位、座位でもあなたの体に合わせて。

動きやすい服装、水筒、タオル、室内用運動靴を
お持ちください。

日時 8月6日(木) 13時~15時

場所 不動ヶ丘自治会館

会費 200円

ゴーヤの佃煮をつくりましょう

夏野菜の代表格のゴーヤですが、つつい余りがち
ではありませんか？

常備菜として、お酒の肴にもなり、子どもさんでも
食べれる佃煮を作ります。

エプロン、マスク、持ち帰り用保存容器を
お持ちください。

申し込みは17日(月)までをお願いします。

日時 8月20日(木) 13時~15時

場所 不動ヶ丘自治会館

会費 200円



ノルディックウォーキングの集い

8月のノルディックウォーキングはお休みです。

各自、涼しい時間に歩きましょう！



西友・ばんばんお買い物ツアー

第141回 8月5日(水) 午後2時出発

第142回 8月19日(水) 午後2時出発

200ポイント/人

申し込みは前日までをお願いします。



古紙・空き缶回収事業

毎月第3日曜日9時までに玄関先へ

コープの移動販売車

毎週火曜日15時20分~三角公園前

ほっとらいふは「地域公共交通を進めるモデル地区」として富田林市とも連携しています