

ほっとらいふだより

第 85号 令和3年11月1日

不動ヶ丘高齢者等生活支援プロジェクト



住み慣れたこの町で元気に長生き！

TEL 070-4387-0529

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います。
通院や日常生活でお困りの方はご相談ください。



関西スーパーの移動販売車「とくし丸」がやってきます！

毎週火曜日、金曜日に移動スーパーが不動ヶ丘に来てくれています。

12:15~12:35 三角公園横 12:40~13:00 自治会館駐車場

どなたでもお買い物出来ます。生もの、お惣菜、日用雑貨など沢山の品物が乗っています。

注文すると次回に持って来てくれます。便利になると思います。是非一度、見に来てください。

ほっとらいふはドライバーを募集しています

12月から移送支援のドライバーが4人になります。一緒にボランティアをしてくれる人を募集しています。男女は問いませんが80歳未満の人で近隣病院、スーパーへの移送をお願いします。空いてる時間だけ、週に1回だけ半日でも構いません。一緒にボランティアして下さる人は連絡してください。専用車があります。TEL 070-4387-0529

元気はつらつ体操 毎週水曜日に軽い体操をしています。AM10時からスタートです！

11月10.17.24.日です。11/24は市役所から指導員が来てくださいます。

上靴、水筒、ボールをご持参ください。

◎自治会館を複数人で使われる時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 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！

脳トレ、体操を先生の指導で行なっています。

動きやすい服装、水筒、室内用運動靴をお持ちください。

日時 11月4日(木) 13時~14時半

参加費 200円



ノルディックウォーキングの集い

11月9日(火) 16時~

11月23日(火) 16時~

ポール購入希望の方はご相談下さい。



お買い物ツアー(滝谷スーパーライフ)

第171回 11月3日(水) 午後2時出発

第172回 11月17日(水) 午後2時出発

200ポイント/人

申し込みは前日までにお願いします。



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 アルミ缶とスチール缶は分別してください

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