



# とほなす西部



# 7月

|    |   |                                  |
|----|---|----------------------------------|
| 1  | 火 |                                  |
| 2  | 水 |                                  |
| 3  | 木 |                                  |
| 4  | 金 | 🏠 きらりシニア塾① 13:30~15:30           |
| 5  | 土 |                                  |
| 6  | 日 |                                  |
| 7  | 月 | 📞 きらりシニア塾②③受付                    |
| 8  | 火 |                                  |
| 9  | 水 | 🌊 かわり湯 ミントの香り<br>🍷 ふれあいショップ アルクス |
| 10 | 木 | 交通講話 13:30~                      |
| 11 | 金 |                                  |
| 12 | 土 |                                  |
| 13 | 日 |                                  |
| 14 | 月 |                                  |
| 15 | 火 |                                  |
| 16 | 水 | 🎹 大正琴（たんぽぽ） 13:45~14:15          |
| 17 | 木 | 🌊 かわり湯 レモン&ライムの香り                |
| 18 | 金 |                                  |
| 19 | 土 |                                  |
| 20 | 日 |                                  |
| 21 | 月 | 🌊 海の日                            |
| 22 | 火 |                                  |
| 23 | 水 | 🍷 ふれあいショップ さんすまいる                |
| 24 | 木 | 🏠 きらりシニア塾② 10:00~12:00           |
| 25 | 金 |                                  |
| 26 | 土 | 🏠 親子イベント<br>🌊 かわり湯 ラベンダーの香り      |
| 27 | 日 |                                  |
| 28 |   |                                  |
| 29 | 火 |                                  |
| 30 | 水 |                                  |
| 31 | 木 |                                  |



## きらりシニア塾について(お知らせ)

- ①開催日時：7/4(金)13:30~15:30  
内容：フレイル予防~運動・栄養・口腔より~  
②開催日時：7/24(木)  
内容：暑さを乗り切る！食事の摂り方とは？  
③開催日時：8/7(木)13:30~15:30  
内容：知ると知らぬでは大違い 自宅の転倒リスク



## 交通講話について~

愛知県警の方をお招きして、最新の道路交通法などについての講話をしてもらいます。以前はOKだったことも今の時代変わっています。時代にマッチして安全運転を

家族を紹介するよ

しましょう！



おじいさん、おばあさん、おとうさん、お母さん、いもうと、あなただけだよ。



## ボランティア(募集)

~西部の味方(通称)~

5月より親子イベントのボランティアを募集しています。実績として高校生や大学生の方が毎回3名以上応募いただいています。本当に感謝です。まだまだ募集中ですので、以下のQRコードよりご応募ください。



## 友だち募集中

@456uqkme

うれしい瞬間をLINEでシェア！



【発行】西部地域福祉センター（所在地：宇頭町字小藪70番地1 電話：0564-34-3211）

開館時間：9時～17時 休館日：日曜日、祝日（敬老の日は開館）、12月29日～1月3日