

まちなかサロン
サポーターだより
きてみんか
第129号



今月は行楽と食欲を満たす秋のフルーツ狩りを計画しました。バスに乗って1日愉しみましょう。

参加申し込みは10月2日までにお願います。たくさんの参加をお待ちしています。

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆ **10月開催日のお知らせ** ☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

開催月日	開催時間	行 事
10月 2日(水)	10時～15時	健康生き生きエクササイズ 講師 カミカワカラダづくりアドバイザー (健康運動指導士) 塚田哲史さん
10月 9日(水)	9時～15時	※神居古潭秋のフルーツ狩り (お近くのサポーターへ申込みください)
10月16日(水)	10時～15時	いきいき百歳体操
10月17日(木)	10時～12時	サポーター研修会(スイーツ作り) 講師 地域おこし協力隊岡林茂樹さん 場所 大雲かみかわヌクモ
10月23日(水)	10時～15時	カラオケで歌おう 企画会議
10月30日(水)	10時～15時	ランチの日(スパゲティ)

※10月9日(水) 神居古潭秋のフルーツ狩り

8:50	いきいきセンター集合	9:00	出発
10:30	神居古潭(フルーツ狩り)	11:30	出発
12:10	旭川市内(昼食含む自由行動)	13:40	出発
15:00	いきいきセンター到着		

感染症の発生状況によって、内容を変更する場合があります。

上川町公式LINEに、まちなかサロンのお知らせを掲載しています。

まちなかサロン “きてみんか” のご案内

まちなかに「子どもからお年寄りまで」どなたでも立ち寄れる場所（サロン）を開設しておりますので、みなさんのご利用をお待ちしています。

まちなかサロンは、町民のみなさま（まちなかサロンサポート隊）のボランティアにより運営している施設です。

10月の開催は、毎週水曜日（午前10時～午後3時）

- 施設の食品衛生管理上、ご家庭で調理した食品等（漬物、山菜加工品、手作り調味料）をまちなかサロン “きてみんか” の食事では提供することができません。差し入れ等はお控えください。
- **食物アレルギー対応はしていません。十分にご注意ください。**

～感染症予防のため、以下のことに注意してご参加ください～

- 発熱や風邪症状のある方は、参加をご遠慮ください。
- 食事中以外は、マスクの着用を推奨します。
- 手洗い（または手指消毒）を徹底してください。
- 会話をする際は、十分な距離を保つことを徹底してください。
- 飲食の際は、座席の配置に工夫をしてください。
- 会場使用後の消毒作業にご協力ください。



まちなかサロンの場所は 上川町本町

いきいきセンター たいせつの絆

サロン会場は2階多目的ホールです。

エレベーターを利用することができます。

※問い合わせ先※

施設の利用に関すること **上川町社会福祉協議会**（施設管理）

地域コミュニティ係 電話 01658-7-7555

サポーターに関すること **上川町保健福祉課**（サロン担当）

介護福祉グループ 電話 01658-2-4055