

まちなかサロン  
**きてみんか**  
**サポーターだより**  
**第130号**



10月9日 秋のフルーツ狩り

紅葉も終わり、やがて来る雪国暮らしの準備で忙しい季節になりましたね。風邪などひかないように気を付けて、水曜日はサロンでゆったりのおんびりしましょう。多くのお仲間がお待ちしておりますよ。



10月17日  
サポーター研修会(スイーツ作り)



10月23日 カラオケで歌おう

☆☆☆☆☆☆☆☆ **11月開催日のお知らせ** ☆☆☆☆☆☆☆☆

開催月日	開催時間	行事
<b>11月6日(水)</b>	<b>10時～15時</b>	<b>健康生き生きエクササイズ</b> 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
<b>11月13日(水)</b>	<b>10時～15時</b>	<b>大正琴で歌おう</b>
<b>11月20日(水)</b>	<b>10時～15時</b>	<b>ゲームの日 企画会議</b>
<b>11月27日(水)</b>	<b>10時～15時</b>	<b>ランチの日(カツカレーライス)</b>

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。

11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