

まちなかサロン サポーターだより
きてみんか 第131号



今年も残すところ1カ月になりましたね。スポーツのイベント観戦に夢中になりパワーを頂いた年でした。楽しかったですね。締めくくりは大掃除や年賀状書きと大変でしょうが、水曜日はサロンでゆっくり遊びましょう。



11月13日 大正琴で歌おう



10月のランチ スパゲティ

☆☆☆☆☆☆☆ **12月開催日のお知らせ** ☆☆☆☆☆☆☆

開催月日	開催時間	行事
12月4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
12月11日(水)	10時～15時	健康づくりについて(仮) 講師 保健福祉課健康増進グループ保健師佐崎美矩さん
12月18日(水)	10時～15時	カラオケで歌おう 企画会議
12月25日(水)	10時～15時	ランチの日(クリスマスさんぎ定食)

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。

12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