

## 一陽まわりの集いかフェー

介護をしている人、受ける人、認知症の方や家族がリラックスして楽しみながら地域の方と交流できる場所です。介護経験のある家族会ボランティアがお待ちしています。保健師さんによる相談も受け付けています。

お気軽にお越し下さい。

日時	毎月第3木曜日 10時～12時
場所	プラザ八王子
参加費	100円（飲み物・お菓子代）
お問合せ	代表 ☎ 53-5800



開催日	場所	内容
2019 4/18	アトリエ	よりそいかるた
5/16	アトリエ	ミニ演奏会 フルート
6/20	アトリエ	オレンジドクター 勉強会 同仁病院 猪谷 健 先生
7/18	アトリエ	料理教室 おいしく減塩（定員15名）
8/15	アトリエ	ブッククラブ 絵本の紹介
9/19	アトリエ	DVD鑑賞会 身近な認知症を知る
10/17	バス 外出	リフレッシュ交流会 ～室戸～ （定員15名）
11/21	アトリエ	ミニ演奏会 ハーモニカ
12/19	アトリエ	紙芝居
2020 1/16	アトリエ	かるた大会
2/20	アトリエ	ミニ勉強会 映画鑑賞
3/19	アトリエ	お楽しみ会 来年度計画

### 今年も介護予防講座 未来のはてなを学ぼう 始まります

7月30日（火） 10：00～11：30  
第1回 テーマ【生活】  
『高齢者に多い契約トラブルと  
対処法（仮）』

8月以降も【体】【食】【医】【心】  
のテーマで開催しますお楽しみに！！

土佐山田  
地区

## 「70歳の同窓会」 企画委員さん 大募集！



「70歳の同窓会」は、これからの5年・10年先を見据えて、元気でありつづけるための情報交換と、同世代で懐かしい思い出を語ったり、楽しいひと時を過ごしていただくための催しです。

そこで同窓会をより楽しくするために、一緒に企画して下さる委員さんを募集しています。

お気軽にご応募ください。

対象者：昭和24年4月1日～

昭和25年3月31日生まれの方

■お問合せ 代表 ☎ 53-5800（細川・中谷）まで

## 野菜作りの仲間を募集 菜園クラブ

菜園クラブでは、苗の植え付けから収穫までを仲間や指導員と行います。有機農法で甘くておいしいお野菜を一緒に作りませんか？

- 菜園場所：土佐山田町岩積
- 開設日：月～土（8：30～17：00）  
月・木は職員在
- 有機農法指導日：毎月第2・4木午前中
- 利用料：無料（苗・肥料代は実費）
- 対象者：香美市民、60才以上の方

～春の野菜植え始めています～

見学できます

※区画に限りがありますので

お早めにお申し込みください。



■お問い合わせ：介護予防係 ☎ 53-2251まで

地域の皆さんの交流の場&ボランティアの活動の場

## 地域サロン てとて

- 場 所：プラザ八王子 1階
- 開設時間：9時～16時（平日のみ）

- ☕ コーヒー・紅茶 …各50円
- ☕ お茶 … 30円
- ☕ ガチャ1回 … 100円（コーヒー券・お菓子入）



8のつく日は飲み物無料サービスデー  
4/8・4/18・5/8・5/28…