



来ん家

2018年12月

出会い・つながり・支え合い

～あなたが大切、みんなが大切、この社会～



【協働】 紺屋町自治会 / 認定 NPO 法人市民生活支援センターふくしの家

2018年12月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7 10:00～ 体操教室	8
9	10	11	12	13 バスハイク	14 10:00～ 体操教室	15
16	17	18	19	20	21 10:00～ 体操教室	22
23	24	25	26	27	28 10:00～ 体操教室	29
30	31					



毎週金曜日
10時から
健康・介護予防体操を
はじめています。

ビデオを見ながら音楽に合わせた簡単な体操で誰でもできます。1時間くらいですが毎週やることで筋力アップにつながります。



お気軽にご参加ください！
終わったあとは
お茶やおしゃべりなどご自由にどうぞ。
他に運動機材などもありますよ。

11月のバスハイクは唐津の「渚館きむら」さんへ新鮮な海の幸を食べに行ってきました。帰りはみんな大好き「うまかもん市場」へ寄ってお買い物♪楽しい一日になりました！！



冬はストーブによる火災が急増します

ストーブによる火災の原因は、不注意や不適切な使い方によるものがほとんどです。

【火災を防ぐポイント】

- ・ストーブの周囲は整理整頓し、洗濯物等燃えやすいものの近くで使用しない
- ・就寝時や離れる時は火を消し、コンセントから抜く
- ・火を消してから給油する
- ・異臭や異音等がある場合は使用しない



来ん家の目標 ここで食事ができるようにする。あくまで、住民主体よ！
近頃、そがん食堂の増えとっ。みんなでいろんな物を持ち寄って、わいわい作りましょ。他にも講話やワークショップ、子育てサロン、地域の交流の機会づくりに活用できるけん、予約の電話はしてね～ ボランティアさんも募集中

☎(0952) 36-6865 ふくしの家事務局

ご近所さんの輪を広げましょう～♪ 心穏やかに ご機嫌で！！