

# とがみふれあいセンター



10月 2012.10.1  
 発行者：鈴木 優一 TEL: 647-5262  
<http://www4.ocn.ne.jp/~tokami/>

## 「富神山」トレッキング開催！参加者大募集！！

運動！  
 元気！

「元気で長生き」。そのために運動は欠かせません。そこで注目されているのがトレッキング。自然を楽しみながら自然と遊んでみませんか。登る場所は山形市西部のシンボル「富神山」、山頂からの眺望は山形市が一望でき最高です。登山口の「新道口」まで車で送迎いたします。保険の関係上、事前に申込みが必要です。下記までご連絡下さい。

10月19日(金)9:30集合(ふれあいセンター前)  
 定員20名 定員になり次第締め切ります。  
 料金:500円  
 (おにぎり、ミニうどん、お茶がついて)  
 募集期間:9月25日(火)～10月13日(金)  
 申込み、問合せ:647-5262 温井(ぬくい)まで

ズック、ジャージなど機敏な行動が出来る服装で帽子、手袋など準備下さい。荷物は手に持たないようお願いします。

小雨決行!!  
 (雨天健康体操)  
 ※レクリエーション保険に加入します。



## 第4回 開設記念「ふれあいピアノコンサート」開催のお知らせ

日時\*11月3日(土) 文化の日 10:30~11:30  
 参加費:無料

開設記念ピアノコンサートも第4回を数えるまでになりました。心地よいピアノと歌声に酔いしれてみてはいかがでしょうか。どうぞ聞きに来て下さい。

ピアノ弾き語り:江口 明日香さん  
 ピアノ演奏:酒出 直人さん(ピアノ調律師)



## 「とがみふれあい餅つき大会」参加者募集！！

今年最後の「ふれあい産直」同時開催します！

じいちゃん、ばあちゃん、とうちゃん、かあちゃん、まごちゃんもみんなで餅つきすっべ！  
 餅つきに参加する方は10時まで「ふれあいセンター」にあつまってけるな。まってるよ!!!!

※雨天決行します。



日時:11月24日(土) 10:00~餅つき開始  
 前売り販売:納豆、あんこ2種類で 300円  
 当日販売 :1種類 200円  
 (当日は 納豆、あんこ両方準備します。)

※ 前売り券を販売します。10月30日(火)~11月13日(火) まで

## 2012年 10月の予定

日付	予定
1月	休み
2火	
3水	
4木	折り紙教室 介護相談(ケアマネ)10:00~16:00
5金	
6土	視覚障害者相談(渡辺さん)10:00~12:00 ふれあい産直11:00~
7日	休み
8月	休み
9火	
10水	障がい者(児)相談(八柳さん)10:00~12:00
11木	乳幼児保育相談(長岡さん)10:00~12:00 介護相談(ケアマネ)10:00~16:00
12金	
13土	ふれあい産直11:00~
14日	休み
15月	休み

## 今月の折り紙教室は「蛇の目傘」です。

日付	予定
16火	
17水	生活健康相談(三井寺さん)11:30~13:30
18木	介護相談(ケアマネ)10:00~16:00
19金	年金・社保・相続相談(西塔さん)10:00~12:00 富神山トレッキング9:30~
20土	行政書士相談(今田さん)13:30~15:30 ふれあい産直11:00~
21日	休み
22月	休み
23火	「食」まるごと相談(秋葉さん)10:00~12:00
24水	
25木	介護相談(ケアマネ)10:00~16:00
26金	
27土	ふれあい産直11:00~
28日	休み
29月	休み
30火	
31水	

介護の相談は、  
 とがみ共生苑でいつでも承ります。  
 TEL: 646-5037 (平日9:00~17:00)

問合せ:とがみふれあいセンター  
 647-5262 担当:温井(ぬくい) まで  
 ご予約、ご相談は上記までご連絡下さい。  
 (相談日以外でも各相談員へおつなぎいたします。)



## 10月の法律相談担当「五十嵐 幸弘」弁護士です。

## タイルモザイクアート体験教室開催のお知らせ！

創り上げる喜びを味わってみませんか? 「タイルモザイクアート」 聞き慣れないとは思いますが小さなタイルを集めて作品にします。壁掛けや、鍋敷きなど様々な物を作っていけたらと考えてますので是非ご参加下さい。

日時:12月~2月まで 第3金曜日 10:00~11:30まで  
 料金:1回 500円(全3回1500円) 材料費込み  
 定員:20名 場所:ふれあいセンター和室  
 講師:原田 正志(タイルアートディレクター)



壁掛け 表札  
 申込み、問合せ:647-5262 温井(ぬくい)まで

認知症予防になる

~とがみ共生苑より~

## アンチエイジングヨーガ教室 開催のおしらせ

~高齢者むけの簡単ヨーガで脳も身体も若々しくリフレッシュ!!~

日時:11月13日(火)  
 11月20日(火)  
 時間:10:30~11:30  
 場所:とがみ共生苑(交流ひろば)  
 料金:1回500円  
 定員:1回10名

指導者:清石 道夫さんと佐藤 みち子さん  
 (社)日本ヨーガ療法学会認定 ヨーガ療法士



イメージです

申込み、問合せ:646-5050(米野)まで