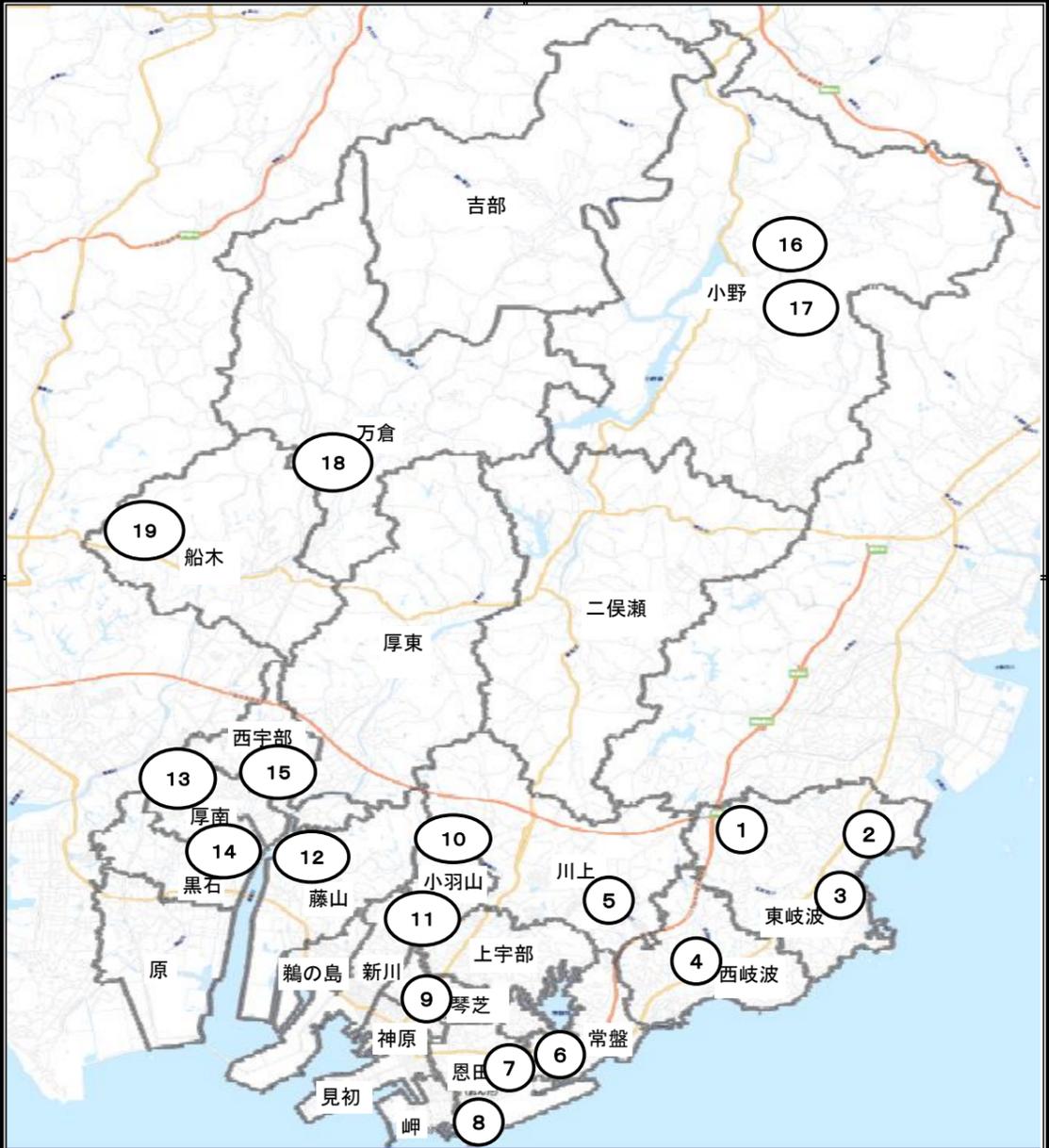


# 宇部市ご近所福祉サロンイベント情報(9月)

※おでかけ型・・・生きがい対策又は仲間づくりが主な活動目的です。

※元気づくり型・・・介護予防又は健康づくりが主な活動目的です。

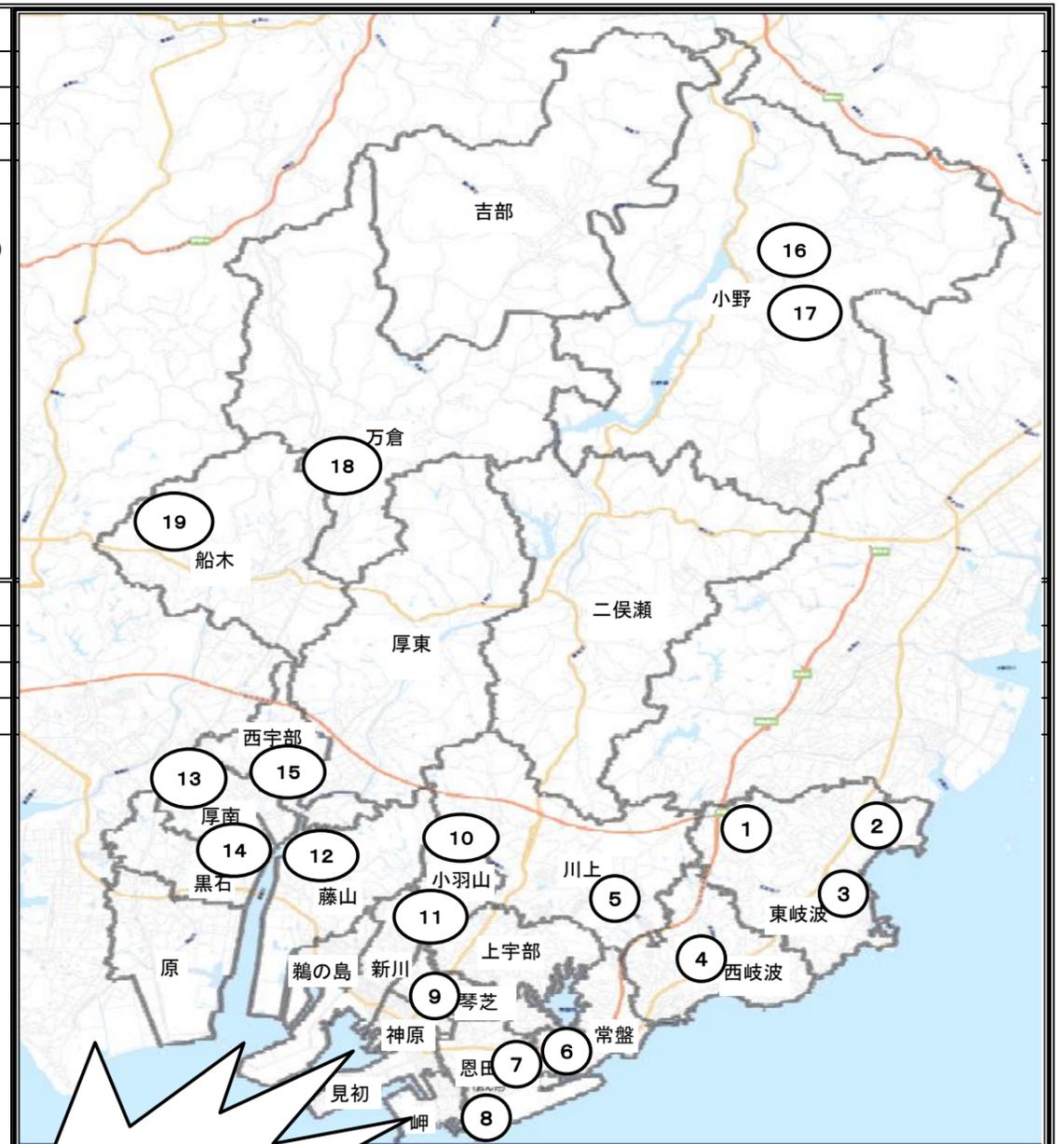
①おでかけサロン遊楽亭		②ご近所福祉サロンゆずの会		③お元気サロン はまだ		④今村くらしの相談室		⑤請川の里		⑥iikotoメイト		⑦和(なごみ)の会		⑧ご近所福祉サロン にじ		⑨ご近所Café縁が和		⑩いっきゅう会		⑪どんぐり山の会	
事業型	おでかけ型	事業型	おでかけ型	事業型	おでかけ型	事業型	元気づくり型	事業型	おでかけ型	事業型	元気づくり型	事業型	おでかけ型	事業型	元気づくり型	事業型	おでかけ型	事業型	元気づくり型	事業型	元気づくり型
連絡先	58-6088	連絡先	34-2510	連絡先	58-4832	連絡先	51-6233	連絡先	090-8362-2678	連絡先	21-6665	連絡先	35-7530	連絡先	34-2510	連絡先	22-7301(携帯090-2003-4832)	連絡先	—	連絡先	31-3716
所在地	大字東岐波6134番地5	所在地	大字東岐波5637番地8	所在地	波馬田自治会館	所在地	いまむら居宅介護支援事業所横	所在地	大字西岐波6344番地	所在地	則貞四丁目19番26号	所在地	デイサービスなごみ横	所在地	協立病院横 虹の訪問看護ステーション跡	所在地	神原町一丁目4番3号	所在地	東小羽山集会所	所在地	小羽山四区集会所
9月9日(土曜日)10時より12時 陶芸教室 9月16日(土曜日)10時より12時 パソコン教室  12時より茶話会を行います。 参加費 300円		1日(金)14:00~16:00<ペーパークラフト教室> ※参加費とは別に材料費1500円程お持ちください  8日(金)10:00~12:00<編み物教室> ※毛糸持参  15日(金)10:00~12:00<体を動かそう会> ※マット、バスタオル、タオルをお持ちください  22日(金)10:00~12:00<昔の遊びを楽しむ会> ※昔の遊びを取り入れたり、ハーモニカ演奏で歌ったり・踊り・脳トレ・おしゃべりなど  ※参加費200円です。是非お気軽に御参加下さい♪		毎週土曜日に貯筋運動と交流サロンを実施しています！ 9月実施予定 2日 9日 16日 23日 30日  ①9:00~ 貯筋運動 腰痛・膝痛予防体操 脳トレーニング  ②10:00~ 茶話会(情報交換 民生委員との連携)  場所:波馬田自治会館 参加費:月100円(初回はお試し無料)		★交流サロン『もも』毎週月曜日 4日:頭の体操(クロスパズル、漢字検定など) 11日:ハーモカBGMで歌いましょう 18日:簡単ストレッチ by nagomi 25日:手話で歌おう指体操:新情報発信 ★ものづくり教室:クラフト籠作成 7日・21日(木)10時~16時 ★ものづくり教室:余り布でリフォーム色々 28日(木)13時~16時 ★手話教室 9(土)10時半~12時 ★(新)Imaノルデック・ウォーク歩こう会 17日 13時半 阿知須きらら浜 ★相談窓口:医療・介護・福祉のご相談 平日10時~16時(来室時事前電話連絡必須)		☆一人一品持ち寄り食堂 6日、13日、20日、27日 時間 12:00~15:00		*みんなの〇〇バス「iikotoメイト号」運行中 :互敬会(18日)会費制昼食会 :サロン水曜会(20日)ウォーキング :メイト保健室(13日)健康・介護何でも相談日 :ぼちぼち体操(12日)理学療法士による体操 :やわらかチェアピクス(19日)介護福祉士による :絵手紙の日(6日・19日) :服のリフォーム(14日・28日) :刺繍の日(7日・21日) :大正琴(9日・12日・23日・26日) :歌の日(11日・25日) :パソコンクラブ(1日・9日・16日・30日) :スクエアステップ(毎週木曜日AM9:00~) :ものづくりの日(毎週金曜日AM9:30~) :メンバー会議(4日):映画鑑賞(5日) フジグラン「ご近所マルシェ」出店(22日~24日)		交流サロン 開催日6日 13日 16日 20日 27日 健康教室 手芸教室パッチワーク (毎週 水 10:00~12:00)  持参物は電話で問い合わせください。 少人数なので、手芸も健康体操もゆっくりしたペース でできます。気軽においでください。		9/4(月)健康チェック、お口の健康講話、茶話会、 セルフケア&リンパコンディショニング 9/6(水)健康チェック、体操、茶話会、物づくり 9/11(月)健康チェック、姿勢&体調改善体操、茶話会 9/13(水)健康チェック、手芸(かぎ針編み) 9/20(水)お口の健康体操、手作りおやつカフェ (みんなでおやつを作ります！) 9/25(月)健康チェック、うたごえ、茶話会 9/29(水)にじいろ快食会 (“サロンにじ”の1歳の誕生日会をします。お楽しみに！！) ※月曜日(13:30~15:30) 水曜日(10:00~12:00) ※参加費:1回200円 (材料費が発生する場合は実費負担を別途頂くようになります) ※月曜日の体操は、運動ができる服装でバスタオル2枚、タオル2枚ご持参下さい。 ※調理&食事は事前の予約を1週間前までにご連絡をお願いいたします。		*苺玉(こけだま)体験教室(他希望日相談) 15日(金) 13時30分/1,000円 *いきいき茶論15 16日(土) 11時30分(茶論会員のみの) *ステンシル体験教室 29日(金) 13時30分/2,000円 *レジンアクセサリー体験教室(希望日相談) 22日(金) 13時30分/1,000円 *陶芸(萩焼手ひねり)体験教室(4名以上) 希望日相談 13時30分/3,000円 *フラワーアレンジメント体験教室 19日(火) 10時30分/2,000円 ♪茶論【お休み:日・月・祝日】 【開設:11時(ランチ11:30~終了)16時】 お問い合わせ090-2003-4832		☆毎週月・水・金曜日に東小羽山集会所でサロンを開催しています。 ☆お茶飲みだけでも、大歓迎です。 ☆飛び入りOKです。お待ちしております。  ・時間 午前の部:10:15~11:45 午後の部:13:15~14:45 ・内容 太極拳、卓球、Gゴルフ、かるた会、ころばん体操、茶道、銭太鼓、Bシップ等 (毎週土曜日10:15~14:45でマーじゃん教室)  ※18日午前の部休み。		1日…マーじゃん 13:00~15:00 5日…ゲーム、ウノ 13:00~15:00 6日…囲碁クラブ 8日…みんなで運動 脳トレ 10:00~11:30 11日…ヨガ及びストレッチ 岩田先生(ハハック)11:00~12:00  会費200円 13日…囲碁クラブ 15日…ゲーム 10:00~11:30 16日…食事会 20日…囲碁クラブ 22日…マーじゃん 10:00~15:00 25日…海田先生健康教室 14:00~15:10 会費200円 27日…国保料理教室 ふれあいセンター 9:30~ 27日…囲碁クラブ	



# 宇部市ご近所福祉サロンイベント情報(9月)

※おでかけ型・・・生きがい対策又は仲間づくりが主な活動目的です。  
 ※元気づくり型・・・介護予防又は健康づくりが主な活動目的です。

⑫こおろぎ塾		⑬ほっとおおもり		⑭東割ともだちの輪	
事業型	おでかけ型	事業型	おでかけ型	事業型	元気づくり型
連絡先	33-8652	連絡先	41-1422	連絡先	090-7549-3253
所在地	浜田一丁目14番1号	所在地	大森自治会館	所在地	妻崎神社内 東割集会所
*DIY・日曜大工・小物修理の日 毎週月曜日:終日 拠点整備:溝蓋の製作 *パソコン教室 毎週水曜日:10時から *畑の日 毎週土曜日 ソバ栽培の管理 *月例会(月末の土曜日) 検討会		1日(金) 13:30~ カラオケ喫茶 11日(月) 10:00~ なごみ会 15日(金) 13:30~ カラオケ喫茶 25日(月) 10:00~ 健康教室 30日(土) 8:30~ 荒神社清掃(子供会と協働) ※グランドゴルフは、毎週火、木、土曜日9時より練習しています。 ※園芸部は、当番制で、毎日花壇の管理をしています。		♡交流会サロン(囲碁・将棋・折り紙・ラジオ体操) 毎週 月・水 13:00~15:00 *参加費:大人¥100/日・子ども無料 ♡手芸、小物づくり 4日・11日・25日(13:00~15:00) ♡マーじゃん有志 6日・13日・20日・27日(13:00~13:50) ♡リズム体操 6日(14:00~15:00) ♡3B体操(講師あり) 13日(14:00~15:00) ♡銭太鼓体操 20日(14:00~14:30) ♡みんなで一緒に歌いましょう 20日(14:30~) ♡健康体操 27日(14:00~15:00)	
⑮よりあい処 西ヶ丘		⑯レインボウ・おの		⑰大山いきいきサロン	
事業型	おでかけ型	事業型	おでかけ型	事業型	おでかけ型
連絡先	41-6789	連絡先	64-2636	連絡先	090-7379-6582
所在地	西ヶ丘自治会館	所在地	小野ふれあいセンター横ガソリンスタンド跡	所在地	大山公民館
・「シアター」:19日(火) 13時30分から ・「喫茶よりあい処西ヶ丘」:24日(日) 10時~12時 ・「カラオケ愛好会」:12日(火)、26日(火) 13時30分~ ・毎週 土曜 9時~12時 子供の遊び、勉強、皆でグランドゴルフ ・「健康体操教室」:27(水) 10時~		朝市・・・4日・19日 8:30~11:30 手芸教室・・・12日・26日 13:30~15:30 健美操 ...19日 13:30~15:30 交流サロン・・・日時は未定		9月7日 グランドゴルフ、認知症予防講座(麻雀) 9月14日 グランドゴルフ、健康測定(第一病院から先生が来られ一年間の実績測定を行います。) 9月21日 大山いきいきサロン敬老会(楽しい催し物を用意します。)<食事は> 会費1,000円(敬老会に豪華弁当を)11時集合 9月28日 グランドゴルフ、健康体操(第一病院) ※21日以外は、集合時間は8時です。	
⑱古民家 倉~sou~		⑲どんど教室			
事業型	おでかけ型	事業型	おでかけ型	事業型	
連絡先	67-0880	連絡先	67-2165	連絡先	
所在地	楠こもれびの郷 敷地内	所在地	大字船木253番地	所在地	
全講座14:00~16:00 デザート・ドリンク付きです 4日(月) 着物着付講座 参加費1,500円 21日(木) お片付けセミナー 参加費1,500円 28日(木) 自分磨きエステ 参加費2,300円~(内容によって異なります)		・9月4日 13:00~15:00 絵画教室 ・9月11日 13:00~15:00 絵画教室 ・9月18日 13:00~15:00 絵画教室 ・9月25日 13:00~15:00 絵画教室			



**ご近所福祉サロン  
実施団体募集中!!**

現在、新たにご近所福祉サロンに参加して下さる団体を募集中です!

「地域のためになにかしたい...」  
 「サロンの開催に興味がある」  
 「実はすでにサロンを開いている」

そんな方は、宇部市社会福祉協議会までお電話ください!!

宇部市社会福祉協議会  
0836-33-3134