

菜の花館だより



志摩オレンジカフェはいつもにぎやかに♪

1月6日（月）に志摩オレンジカフェ（認知症カフェ）が開催されました。志摩オレンジカフェはどなたでも参加できる集いの場です。また専門家へ悩みなどを相談できる場でもあります。この日は『住民と医師のふれあい教室』が実施され、志摩医師会の日比先生と松井先生から健康についてのお話や、家でもできる体操を教えてもらいました。



参加者からは「この体操なら家でも出来そう」、「健康のために家で続けることが大事」といった声が聞かれました。

次回（3/3）はボランティアによる「脳を活性する体操」を予定しています。



【開催日 奇数月の第1月曜日 13:30～ 参加費：無料】

麻雀で脳と指先のトレーニングをしてみよう♪

菜の花館で『健康麻雀』ができるようになりました。健康麻雀とは「お金を賭けない・たばこを吸わない・お酒を飲まない」という3つの約束のもとに行われる健康を目的とした麻雀です。

麻雀が好きな方やこれから始めてみたいという方はぜひ「くつろぎ場（月・木曜日）」へお越しください。



開館日（時間） 裏面カレンダーのとおり
※日曜祝日や水曜日、年末年始は閉館します

【連絡先】

- ・菜の花館
電話 0599-44-0660
※閉館時は下記へ連絡してください
- ・志摩市社会福祉協議会 地域支援課
電話 0599-55-3885
※月～金曜 8:30～17:15

「のりあい」
停留所No.281
(神明地区公民館)

神明神社

←至神明駅

神明公民館

菜の花館

場所：志摩市阿児町神明 642-1

【2月カレンダー】

※スケジュールは予告なく変更する場合があります。
 ※暴風警報などの警報発令時は閉館します。

	月	火	水	木	金	土	日
						1	2
午前						閉館	
午後							
	3	4	5	6	7	8	9
午前	くつろぎ場	とまと	閉館	くつろぎ場	閉館	閉館	
午後	閉館	カラオケ喫茶		カラオケ喫茶	絵手紙		
	10	11	12	13	14	15	16
午前	くつろぎ場	閉館	閉館	くつろぎ場	閉館	閉館	
午後	閉館	(祝日)		カラオケ喫茶			
	17	18	19	20	21	22	23
午前	くつろぎ場	とまと	閉館	くつろぎ場	閉館	閉館	
午後	閉館	カラオケ喫茶		カラオケ喫茶	絵手紙		
	24	25	26	27	28		
午前	閉館	とまと	閉館	くつろぎ場	閉館		
午後	(祝日)	カラオケ喫茶		カラオケ喫茶			

	時 間	内 容
とまと	毎週火曜日 9:30~11:30	介護予防のための体操や楽しい茶話会をしています。(参加費 100 円)
カラオケ喫茶	毎週火曜日・木曜日 13:00~15:00	楽しくカラオケをしています。
絵手紙	第1・第3金曜日 13:00~15:00	『へたがいい、へたでいい』皆で楽しく絵手紙をしてみませんか?(参加費 100 円)
くつろぎ場	毎週月曜日・木曜日 9:30~13:00	古民家風の落ち着いた空間でどなたでも自由にお過ごしいただけます。ぬり絵や間違い探し、健康麻雀もできます。

菜の花館へのお問い合わせは、電話（オモテ面掲載）もしくは右記
 2次元コードよりご連絡ください。
 菜の花館で活動やイベントを行いたい方のご連絡もお待ちしています。

