

オレンジカフェ・ 認知症の方を介護している介護者交流会

オレンジカフェ

認知症の方やその家族、地域住民、専門職など、誰もが気軽に参加でき、集うことのできる場所です。

しもつけ茶屋

■日時
1月10日(水)・18日(木)
午前10時～正午

■場所 南河内児童館

■内容
1月10日 お琴演奏会
1月18日 下野かるた

より処グリム

■日時(毎月第3金曜日)
1月19日 午前10時～正午

■場所
グリムの館2階図書コーナー

■内容 新年会
おひさま

■日時(毎月第4水曜日)
1月24日 午後1時～3時

■場所
サン薬局内(文教1-19-4)
ゆうゆう茶屋

■日時(毎月第1金曜日)
1月5日、2月2日
午前10時～正午

■場所
ゆうがお作業所(ゆうゆう館)

■内容
1月5日 かるた取り大会
2月2日 バレンタイン
イベント

■参加費 100円
ひだまり茶屋(送迎付き)

■日時(1月は第3木曜日のみ)
1月18日 午前10時～正午

■場所
仁良川コミュニティセンター

■参加費 100円
送迎付きの場合 300円
(当面は南河内地区のみ)

※送迎は、認知症の方本人また

はその家族の方に限ります。

■参加・送迎問い合わせ先
ひだまり茶屋直通携帯
☎080(8079)5835

認知症の方を介護している 介護者交流会

認知症の方を介護している家族の交流と情報交換の場所です。

■日時 1月26日(金)
午前10時～正午

■場所 市役所203会議室

■対象者
現在介護をしている方、または介護をした経験がある方

■内容
公認心理師による講話
思いを共有し、少しでも介護ストレスを軽減しませんか？

■参加費 無料

共通事項

■問い合わせ先
高齢福祉課 ☎(32)8904

きらら館 新春スペシャルYOGAレッスン！

きらら館では、各種教室を開催しています。見学も随時お受けしていますので、気軽にお問い合わせください。

カラダすっきりYOGA

YOGAでしっかり全身を動かして、運動不足を解消します。初心者の方も参加できます。

■日時
1月19日(金)・27日(土)
午前10時30分～11時30分

■定員 25名

■参加費 880円/回

■申込期間
1月4日(木) 午前10時～

■ステップアップYOGA
基本的なポーズを中心にスキルアップしたい方におすすめです。

■日時 2月9日(金)
午前10時30分～11時30分

■定員 15名

■参加費 1,100円

■申込期間
1月19日(金) 午前10時～

共通事項

■場所 きらら館

■服装・持ち物 動きやすい服装、飲み物、タオル、ヨガマット(お持ちの方)

■申込方法 電話

■申し込み・
問い合わせ先
きらら館
☎(52)3711



@KIRARAKAN_OFFICIAL
最新情報はこちら

遺言 相続 贈与

あんしん相続セミナー

参加無料

＜日時＞ 1/14日 PM1:30～3:00 (開場 1:00)

＜テーマ＞ 知ってあんしん・備えてあんしん 「相続の基礎」

＜講師＞ 相続相談あんしんプラザ 行政書士 細見愛子

＜会場＞ 小山城南市民交流センター 小山市東城南4-1-12 ゆめまち2階会議室

お申込・お問合せ 一般社団法人 相続相談あんしんプラザ

無料相談 実施中 予約制

お気軽にお電話を！ ☎ 0285-38-9550

障がい者デイサービス(対象:18歳～64歳)

生活介護 スマイルサポート上三川

「笑顔が輝く！人生を楽しむ！」を合言葉に一日を楽しく過ごせる施設です。

■選べる3コース■「やりたい」を尊重し選択して一日を過ごせます。

「ゆっくり班」:自分のペースで一日をゆっくり過ごせます。

「作業班」:提携保育園のおもちゃ作り、eスポーツや簡単なIT(工賃300円/1H)

無料体験実施中！

住所:栃木県河内郡上三川町しらさぎ2-1-1
電話:0285-37-9080(体験受付:平日8:30～17:30)
詳しくはホームページまで スマイルサポート上三川 検索

無料LINE相談