

参加者  
募集

君津東地区かまちよろ・君津東地区社会福祉協議会主催

# あったかふれあいサロン

8~11月のお知らせ

公民館で気軽にお茶を飲みながらお話しませんか？

ためになるミニ講座・レクリエーションを用意しています。

お気軽にご参加ください。

※雨天時は内容が変更になります

第5回

8月21日 八重原公民館

3B体操と篠笛・太鼓演奏

〔講師：3B体操講師〕

3つの用具を使いながら、音楽に合わせて  
楽しく体を動かしましょう！  
その後は日本の音色を堪能しましょう。



第7回

10月23日 八重原公民館

聞こえと脳の健康・

難聴と認知症の意外な関係

〔講師：君津中央病院・言語聴覚士〕  
知られざる耳と認知症の繋がりについて学びます。



第6回

9月25日 周南公民館

ボードゲームで楽しもう！！

指先とひらめきで、脳はもっと若返る！  
笑顔と活力をチャージしましょう！



第8回

11月13日 周南公民館

スポーツ吹矢に挑戦！！

体力に自信がなくても大丈夫！  
座ってできる体に優しいスポーツです。  
※1人100円の費用がかかります(吹き口代)



曜日・時間は 全て木曜日・午後1時30分から3時30分まで

参加したい回にお申し込みできます。(参加費無料)

対象：主に八重原地区、周南地区にお住まいの方（各回先着20名）

(まとめて複数回

申込み：各回開催日の3日前までに、下記のいずれかの公民館へご連絡ください。申し込んでOK)

問合せ：八重原公民館 ☎55-1840 周南公民館 ☎52-4915

## 君津東地区かまちよろ とは…

生活支援コーディネーターや公民館(八重原・周南)、  
地域包括支援センター、君津東地区社会福祉協議会、地域住民が、高齢者の方々と地  
域をつなぎ、介護予防や孤立防止、外出機会の創出を目的に活動している集まりです。

## かまちよろの由来…

かまちよろはヤモリの方言で、ヤモリのようにそっと寄り添う、地域をちよろちよろ動き回  
るという意味を込めて名付けました。

