



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

参加者募集のお知らせ

「あったかふれあいサロン」では、参加者が公民館でお茶を飲みながらお話をしたり、高齢者の方向けのミニ講座やレクリエーションをとおして親睦を深めています。

月1回、偶数月を八重原公民館、奇数月を周南公民館で開催しています。毎回参加者を募っていますので、お気軽にお問い合わせください。

ぜひ、参加してみてください！



ためになる
ミニ講座で
学べます！



楽しいレクリ
エーションで
交流できます！

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。



裏面で申込方法・年間プログラムについてご案内します！➡



令和8年度あったかふれあいサロン 年間プログラム

八重原公民館（偶数の月）		周南公民館（奇数の月）	
4/30（木）	事故に遭わない・起こさない シルバー交通安全教室	5/21（木）	外でモルックに挑戦！ 狙って倒して気分爽快☆
6/25（木）	頻発する災害に家庭で 備える！ 防災講座	7/23（木）	誰でも楽しめるスポーツ ボッチャ体験講習会
8/27（木）	汗を流して健康に！ 健康体操！	9/24（木）	机の上で手軽に楽しめる カーレット（卓上カーリング）
10/22（木）	芸術の秋を楽しむ♪ 落語・オカリナ鑑賞	11/26（木）	吹き矢で呼吸トレーニング ※吹き口代が掛かります
12/17（木）	乾燥シーズンの火災に 要注意！冬の防火対策	令和9年 1/21（木）	懐メロを聴いて歌って♪ FKバンドのミニコンサート
令和9年 2/25（木）	手作り豆腐にチャレンジ ※材料費が掛かります	令和9年 3/25（木）	心が落ち着く写仏体験 無心でリラックス体験

※実施内容は変更になる場合があります。

参加したい回にお申し込みできます。（一部を除き参加費無料）

曜日・時間は 全て木曜日・午後1時30分から3時30分まで

対象：主に八重原地区、周南地区にお住いの方（各回先着20名）

会場：偶数の月…八重原公民館（君津市南子安9-17-2）

奇数の月…周南公民館（君津市大山野26）

申込み：各回開催日の1週間前までに、下記のいずれかの公民館へご連絡ください。

行きたい回のみでも、まとめて申込でも大丈夫です。

持ち物：水分補給用の飲み物

問合せ：八重原公民館 ☎ 55-1840 周南公民館 ☎ 52-4915

