歩こう♪ほたるがいけ』



子育て世代の方や高齢者の方たちが参加できる、地域のイベント 情報をまとめ、人と人がつながり、交流の場が増えることで地域の 活性化につなげていきたいと想い、発行しています。

© 2012 豊中市 マチカネくん承認第 120 号

発行:株式会社あたらすファミリー

後援:豊中市・柴原包括支援センター蛍池分室・蛍池校区社会福祉協議会

毎週月曜)誰でも OK!

ピアノ・歌・ボイストレーニング

1 人 30 分の体験レッスン

場所:くつろぎサロン

(蛍池中町 3-8-8)

時間:13:00~20:00

料金¥1,000

要予約 未経験者対象

<u>----</u> 音楽サロンくつろぎ (06-7175-0065)

10月23日(月)

くつろぎカルチャーサロン健康倶楽部

~みんなでのどを鍛えよう~

場所: 〈つろぎサロン(蛍池中町 3-8-8)

時間:11:00~12:00

料金¥1500 誰でもOK!!

要予約

音楽サロンくつろぎ (06-7175-0065)

健康仲間づくりにも♪

健康いきいき

くつろぎカフェ

場所:くつろぎサロン

(蛍池中町 3-8-8)

時間:10:30~12:00 料金¥200(お菓子付)

誰でも OK♪

問合せ音楽サロンくつろる

(06-7175-0065)

11月7日(火)

習字教室 第 1・3 火曜

☆年中さん~シニアまで☆ ↑こちらからも

場所: あたらすファミリー (蛍池西町 1-20-13)

時間:16:00~18:00

月謝¥1,800(月2回)

要予約あたらすファミリー

(06-6852-8870)



11月8日(水)

初心者の

↑こちらからも

ご予約できます

歌の体験レッスン

~グループレッスン~

場所:くつろぎサロン

シニアの方 (蛍池中町 3-8-8)

時間:10:40~11:30

料金¥1,000

要予約 音楽サロンくつろぎ

(06-7175-0065)

ランチ会

場所:とよなか・起業チャレンジセンター (蛍池中町 3-9-20)

時間:12:30~13:30

参加費無料 お昼各自持参

問合せ誰でも参加 OK!

とよなか・起業チャレンジセンター (06-6840-1955)

11月9日(木) 合唱の体験レッスン

場所:くつろぎサロン

(蛍池中町 3-8-8)

時間:13:00~15:00

料金¥1,000(お茶·お菓子付)

要予約

音楽サロンくつろぎ

(06-7175-0065)

健康マージャンカフェくつろぎ

~明るい雰囲気の

シニアのための麻雀教室~

場所: くつろぎサロン2階 (蛍池中町 3-8-8)

時間 13:00~17:00

参加費¥1,000(お茶・お菓子付き)

問合せ音楽サロンくつろぎ (06-7175-0065)

11月10日(金) おしゃべりカフェ

~みんなで楽しく健康に~

場所:螢池人権 まちづくりセンター 🌉

(豊中市蛍池北町 2-3-1)

時間 13:30~15:00

問合せおおむね 65 歳以上

螢池人権まちづくりセンター (06-6841-5326)

安産のための 腹帯講座

場所:骨盤矯正 巻き爪矯正 治療院 凡座

(蛍池北町 1-2-22)

時間:13:30~14:00

料金: ¥500

対象:妊婦さん 定員5名

要予約 (06-7176-6667)

歩こうほたるがいけ

限定キャンペーン

11月10日(金) コミュニティカフェ

ボランティア・地域活動の支援拠点

対象:誰でもOK!

場所:蛍池地域福祉活動支援センター

(蛍池中町 2-3-1) 時間:13:00~14:30

料金: J-ヒ-¥100(お菓子付き)

(06-6850-7001)

11月11日(土) 体幹トレーニング

~普段運動していない方に おススメです~

場所:あたらすファミリー (蛍池西町 1-20-13)

時間 8:00~8:45 料金: ¥1,500/回

(06-6852-8870)

音楽サロンくつろぎでは 元気なシニアのための

♪いつまでも健康でいたい

お気軽にお問い合わせください

出張可能





第2金曜

忙しいあなたに代わって 大掃除・片づけします!

『歩こうほたるがいけ』を 見たとお伝えいただくと

お問い合わせ

通常 2 時間 ¥ 6,000 (稅別)

¥5.000 (税別)

サポートセンターあたらすファミリ-

サポートセンターあたらすファミリー (06-6852-8870)



持ち物:タオル・飲み物 問合せ蛍池地域福祉活動支援センター 要予約 あたらすファミリー

> こちらからも ご予約できます⇒

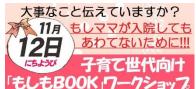


問合せ

♪認知症予防

♪健康仲間づくりに

音楽サロンくつろぎ (06-7175-0065)



参加費 2人まで 700円

要申込 詳しくはサイトへ→

080-9582-0792

子育てサロンすくすく

場所:ルシオーレ5階

第1集会場

時間:10:00~11:30

対象:2歳未満の子ども

(兄弟可) と保護者

乳幼児読み聞かせ(司書)

(資料・お茶菓子付き)

主催:ほくせつママの木 一字形

とよなか男女共同参画推進センター

月 12 В

11

11月13日(月)

助産師さんによる ベビーマッサージ

場所:団欒長屋(蛍池西町 1-3-32)

時間:10:00~12:00

対象:赤ちゃんとママ・パパ 先着 10 組

持ち物:バスタオル、おむつ

赤ちゃんの飲み物

参加費¥500(飲み物別途100円)

要予約団欒長屋(06-6836-9011) 音楽サロンくつろぎ (06-7175-0065)

料金¥1,000

場所:くつろぎサロン

時間:13:00~20:00

要予約 未経験者対象

毎週月曜

↑こちらからも

ご予約できます

ピアノ・歌・ボイストレーニング

1人30分の体験レッスン

(蛍池中町 3-8-8)

くつろぎカフェ

場所:くつろぎサロン

(蛍池中町 3-8-8) 時間:10:30~12:00

料金¥200(お菓子付)

誰でも OK♪

問合せ音楽サロンくつろぎ (06-7175-0065)

ほたる会

(独居老人の会)

場所:ルシオーレ4階

老人憩の家※4 時間:10:00~

内容:朗読

11月14日(火)

見学可能です!



11月16日(木) だんらんおざしき ベビーマッサージ

場所:団欒長屋(蛍池西町1-3-32)

時間:10:00~12:00

持ち物:バスタオル、おむつ

対象: 赤ちゃんとママ・パパ 先着 10 組

赤ちゃんの飲み物

参加費¥500(飲み物別途100円)

問合せ団欒長屋(06-6836-9011)

先着 35 名

11月16日(木)

ふれあいサロン

~おおむね 65 歳以上対象~

内容:来年度の干支のちぎり絵

場所:ルシオーレ5階

第1集会場 時間:13:30~15:30

参加費: ¥100 (お菓子代)

¥200 (材料費)

くつろぎカルチャーサロン

「健康づくり」 声と脳と身体をつかって健康維持

場所: くつろぎサロン (蛍池中町 3-8-8)

時間:14:00~14:45

料金¥1,500 誰でもOK!

要予約音楽サロンくつろぎ

(06-7175-0065)

プロの歌手による

ボイストレーニング体験レッスン 場所: 〈つろぎサロン(蛍池中町 3-8-8)

時間: 14:45~15:45

講師:音楽サロンくつろぎ認定講師

SATOI

料金: ¥1,500 対象:シニア

要予約音楽サロンくつろぎ

(06-7175-0065)

枕と布団の相談会

場所:骨盤矯正 巻き爪矯正

治療院 凡座 (蛍池北町 1-2-22)

時間:13:30~14:00

対象:誰でもOK!定員5名

要予約(06-7176-6667)

11月17日(金) コミュニティカフェ

ボランティア・地域活動の支援拠点

対象:誰でもOK!

場所:蛍池地域福祉活動支援センター

(蛍池中町 2-3-1) 時間:13:00~14:30

料金: コーヒー¥100(お菓子付き)

問合せ蛍池地域福祉活動支援センター

(06-6850-7001)

治療院 凡座

蛍池北町 1-2-22

ヨガ教室

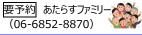
30 代~70 代の方が 参加されています♪

場所:あたらすファミリー (蛍池西町 1-20-13)

時間 8:00~8:45

料金: ¥1,500/回

持ち物:タオル・飲み物



11月18日(土) プレピアノ☆リズム遊び

体験レッスン

幼児~小学生対象

場所: くつろぎサロン (蛍池中町 3-8-8) 時間:13:00~14:00

グループで行います♪ 料金: ¥1,000

要予約音楽サロンくつろぎ (06-7175-0065)



↑こちらからも ご予約できます

☆耳より情報☆

感受性が高く、表情の豊かな 子に育つと言われています。 また、右脳が発達し、理解力が 高まるとする説もあります。 その他にもコミュニケーション

能力が向上します。

小さな頃から音楽に触れると

「柴原地域包括支援センター蛍池分室 ほっと」(蛍池中町 3-9-22)

受付時間:8:45~17:15 (土日祝休み) TEL: 06-6836-9764 FAX:06-6836-9766

豊中市から委託を受けている、高齢者の相談窓口です。

柴原に本部を置き、平成 28 年 7 月に蛍池分室がオープンしました。 **8 06-6836-9764**



←Facebook

もしています♪

~なんでもご相談ください~

- ・介護、福祉、医療などへの不安はありませんか? ・お金の管理や契約などに不安はありませんか?
- ・介護予防をして、地域で自立した生活を送りませんか?・虐待を防止します



地域教室情報

H29年度は、毎月1回第3金曜日に介護予防事業の 一環として、"柴原かがやき広場"を開催しています。

11/17(金)13:30~15:00 介護老人保健施設かがやき2Fで、

音楽サロンくつろぎの吉田寛子先生を講師にお迎えし

「今から始める認知症予防~音楽を使って~」というテーマで 教室を開催します。

公園 ■ 蛍池駅

2017年10月31日発行/発行株式会社あたらすファミリー ゆいプロジェクト 豊中市蛍池西町1-20-13 電話:06-6852-8870

11月18日(土) 団欒こども食堂

場所: 団欒長屋(蛍池西町 1-3-32) 時間:18:00~20:00 どなたでもOK

参加費: こども¥100 おとな¥300

要予約団欒長屋

(乳幼児無料)

(06-6836-9011)限定 30 食

