



まだまだ寒いな～と思う日もありますが、ふとした瞬間に春を感じるが増えてきましたね。気がつけば3月。時の流れの早さに驚きつつ毎日を楽しく過ごしていきたいですね。季節の変わり目でもあるので体調管理に気を付けましょう。水分補給も忘れずにね！

大切なお知らせです

今までは皆様のご寄付でコーヒー代・お菓子代など補ってきましたが、物価高騰の影響を受け寄付だけでは厳しい状況となり、須崎市内のあったかふれあいセンター同様、料金を設定させていただくこととなりました。急な変更で申し訳ありませんが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

来月4月1日より

・コーヒー ・ココア ・紅茶 等 1杯 50円 ※ お茶は無料
但し、体操時の水分は持参でお願いします。



3月23日(月)10時～ 350円

今月の手芸は今年の干支のポンポンうまさんを作りたいと思います。モコモコで手のひらサイズのかわいいうまです。ぜひ 作りに来ませんか？ 早めの予約をお願いします。



2月初旬シニアカーの試乗体験があり、乗車と操作方法などの説明を受け皆さん真剣に聞いていました。須崎警察署の方にも来ていただいて詐欺の話や反射神経の測定してもらいました。免許不要で運転できるので免許返納した高齢者の移動手段として便利な乗り物だと思うのでシニアカーの試乗体験したい方・興味のある方はあったかまでご連絡ください。

★日常生活の中で何か気になること・不便なことや困りごとがあれば一人で悩まず相談してくださいね。

※雪が降って車での送迎が困難な時は体操や買い物支援等をお休みさせていただく場合があります。ご了承ください。あったかふれあいセンターかみぶん ☎0889-59-1904 上田・田部・西森

