令和8年11月号

安芸市あったかふれあいセンター便り

子どもから高齢者まで、障害の有無に関わらず、誰もが集える地域の拠点

スマホ教室





10月13日、市役所総務課職員さんによるスマホ教室に6名が参加しました。ＬＩＮＥで「安芸市」を友だち登録する等、良い学びになりました。

実習生との交流





9月29日、関西医科大学看護科実習生3名とモルックを楽しんだ後、センターでの活動の様子など話がはずみました。

外出レク





10月8日、川北公民館で開かれたフリーマーケットに行きました。皆、思い思いにお買い物を楽しみました。





10月5日、龍馬看護ふくし専門学校看護科実習生2名が体力測定の手伝いをしてくれ、その後、ボッチャで盛り上がりました。

おもな行事予定

11月10日　SunSunカフェ
　　家族介護者教室
11月13日　お貯筋フライデー
11月24日　おじゃこの勉強会
11月27日　行け男フライデー





センターの事業内容

介護予防
日中の居場所
趣味　学び
訪問　相談



サテライト

いきいき百歳体操

江川サテライト（江川公民館）
毎週月.木曜日（祝日を除く）
13:30～14:30
下山サテライト（下山公民館）
毎週金曜日
13:30～14:30



放課後子ども利用

毎週水曜日
15:00～16:30
高校生以下は無料



あったかふれあいセンター
attaka_AKI

住所：安芸市庄之芝町3-3　鯨ビル2階
西田順天堂東部店（スマイルあき斜め前）
安芸市あったかふれあいセンター
☎ 34-8991　090-9011-5176
事業委託元：安芸市役所健康介護課　電話（0887）32-0555

11月 予定表

開所日： 月～金曜(年末年始を除く)
祝日も開所しています(GWを除く)
※都合により、予定を変更することがあります。
・お弁当は、**450円または600円**で注文できます。
おかずのみ450円も注文できます。
・**移動販売**での購入もできます。(水曜・木曜)
※必要に応じて、**飲食代及び創作材料費等、実費負担となります。**

日中の活動スケジュール

9:00～送迎
9:30～健康チェック
10:00～貯筋タイム(トレーニングマシーンなど)
10:30～いきいき百歳体操
11:20～ミニ講座
11:35～かみかみ百歳体操
12:00～昼食
13:00～趣味の活動
15:00～送迎

午後からの主な予定

毎週水曜日放課後子ども利用の日

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
2 外出レク	3 ナス詰め	4パンの日 ナス詰め	5 外出レク	6 下山サテライト 地域訪問
9 運動教室	10 SunSunカフェ 家族介護者教室	11 いきいき百歳体操 交流会	12 脳トレゲーム	13 下山サテライト お貯筋フライデー
16パンの日 運動教室	17 外出レク	18 みんなで歌おう	19 ナス詰め	20 下山小学校交流会
23 運動教室	24 おじゃこの勉強会	25 YouTube体操	26パンの日 書の会	27 下山サテライト 行け男フライデー
30 運動教室				

家族介護者教室
11月10日 13:30～
西田順天堂東部店2階

下山小学校交流会
11月20日 10:40～
下山小学校体育館

ちりめん楽会による
おじゃこの勉強会
11月24日 10時～
調理・実食あり

＊江川サテライト（江川公民館）
月・木曜 13:30～ 祝日休み
＊下山サテライト（下山公民館）
金曜 13:30～
いきいき百歳体操開催！

〒784-0022
安芸市庄之芝町3-3鯨ビル2階(スマイルあき斜め前)
西田順天堂東部店安芸市あったかふれあいセンター
☎お問い合わせ先 090-9011-5176
TEL（0887）34-8991 FAX（0887）34-8990

見学・お試し利用できます。

あったかふれあいセンター
attaka_AKI