

区民 春のウォーキング大会

高齢者外出促進事業(おでかけシール)

風薫る5月、潮風を受けながら思いっきりカラダを動かし歩きましょう。

健康維持の基本は、毎日の運動です。

皆さんと一緒に楽しく歩きましょう。

日 時 5月9日(金) 10時～ (雨天は中止です)

集合場所 中川区公民館

歩きやすい服装と靴で、タオル・水筒は各自持参のこと

コース 海岸松林コース(長短2コース 約5キロ・2キロ)

* 公民館帰着時、アイスクリームを用意しています

* 希望者には万歩計を貸与致します



主 催 中川区ヘルスステーション
協 賛 中川区青松シニアクラブ
中川区福祉会

問合せ先 納 富 943-3112

2025年4月12日

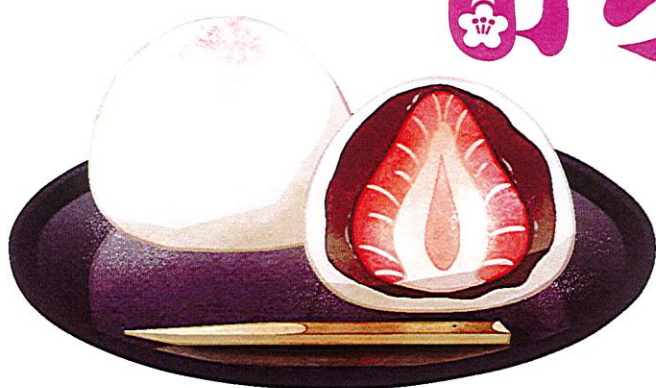
中川区公民館 館長 長崎 義信
090-8665-9902

〈公民館開放日イベント〉

5月の本のサロン会のごあんない

〈家庭のお宝交換会も同時開催です。〉

いちご大福



5月の本のサロン会は、ゴールデンウィークを避けて
第2日曜日に開催します。

おもてなしには「いちご大福」を準備してますよ！

お母さんへ、たくさんの絵本も待ってますヨ！

買わずに絵本をゲットするチャンスです。

恒例の家庭のお宝交換会も合わせての開催です。

★開催日 5月11日 〈第2日曜日〉

★本のサロン会 オープンタイム

9時から 12時まで

★「いちご大福」おもてなしタイム

10時から 11時 30分まで

★本のサロン会会場 中川公民館大ホール

大好評の包丁研ぎもやっています！

♥♥♥お手伝いしていただける方、大歓迎です♥♥♥

中川区 サポーター会のご案内

中川区サポーター会は、区民の皆さんのお困り事の手伝いを、下記の内容で行っています。
お困り事がありましたら、下記の各ブロックの会員へ、お気軽にご連絡ください。

1. 対象者

1. 原則70歳以上の一人世帯の方及び75歳以上の夫婦世帯
2. その他お困りの方（体の不自由な方等）
3. 介護保険ご利用の方は、保険対象以外の作業です。

2. 費用

1時間当たり、1名につき200円で材料費(市のゴミ袋等)は、依頼者の負担です。
但し1時間を越える作業は依頼者と相談して決めます。

3. 連絡先

ブロック名	会員名	連絡先
東ブロック	豊田 幸子	090-7454-9338
	濱地 ヒロ子	080-8372-3525
中ブロック	島田 増夫	092-943-6081
	原田 留里子	090-7164-7496
	田中 博典	090-2859-0548
西ブロック	三宅 久幸	090-2583-2587
	畠山 克視	090-7386-7390
	仲道 誠明	090-3327-4610
	木村 泰治	090-3732-3157
	西 義昭	090-9408-7751
	有田 淑子	092-942-5034



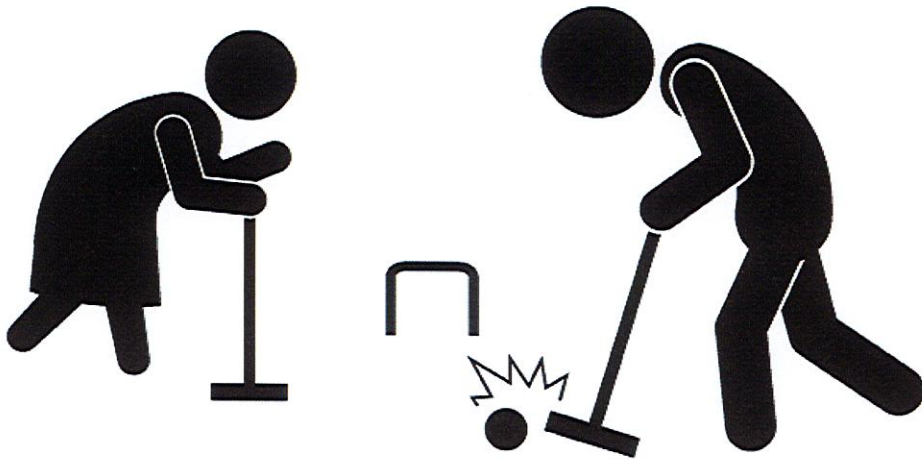
活 動 内 容



2025/4/12
中川区自治会長 長崎 義信
090-8665-9902



中川区隣組対抗 グランドゴルフ大会



開催日時:6月14日(土)

会場:古賀西小学校グランド

* 詳細は5月の回覧板でご案内します。

* 体育委員さんへ

6月7日(土)19:30に開催準備のための体育委員会を開催予定です。
当日のスケジュール調整をお願いしておきます。

(詳細は後日ご案内させていただきます)