

## ふれあい健康づくり部 「ふれあい健康クラブメンバー募集のお知らせ」

### ふれあい健康クラブの追加メンバーを募集します！

ふれあい健康クラブは、地域の高齢者の皆さんのコミュニケーションを目的として、日立市社会福祉協議会と金沢学区コミュニティ推進会が協働してすすめています。

#### 募集内容

- 実施日時 毎月第2・4金曜日 10:00~12:00
  - 実施場所 金沢交流センター 多目的ホール
  - 募集対象 65歳以上の方
  - 募集人員 10名（申込み多数の場合は抽選となります）
  - 募集期間 令和8年2月10日（火）～3月10日（火）
  - お申込み 金沢交流センターへ電話（36-3985）または窓口へ直接お申込み下さい。
- 【担当 ふれあい健康づくり部 部長 松本】



日立市社協のイメージイラスト

#### 主な活動内容

脳トレ体操・軽い全身体操・お花見・ゲーム・日帰り旅行・運動会  
クリスマス会・新年会などを行っています。



ハートのイラスト『こころん』は心に病を持つ「hando\_meido22」さんが日立市社協をイメージして描いたものです。  
（“社協はみんなの心に寄り添う”というイメージです）

### 2月の活動予定 ※変更となる場合があります。ご理解とご協力をお願い致します。

| 月               | 火   | 水          | 木                | 金                | 土  | 日   |
|-----------------|---|------------|------------------|------------------|----|-----|
| 26              | 27  | 28         | 29               | 30               | 31 | 1   |
| 2               | 3<br>おもちゃライブラリー                             | 4          | 5<br>おもちゃライブラリー  | 6<br>ふれあい健康クラブ   | 7  | 8   |
| 9<br>生きいきサロンさくら | 10<br>おもちゃライブラリー<br>健康づくり運動教室<br>金沢おしゃべりサロン | 11         | 12<br>おもちゃライブラリー | 13<br>ふれあい再生資源回収 | 14 | 15  |
| 16              | 17<br>おもちゃライブラリー                            | 18<br>椿クラブ | 19<br>おもちゃライブラリー | 20<br>ふれあい健康クラブ  | 21 | 22  |
| 23              | 24<br>おもちゃライブラリー<br>健康づくり運動教室               | 25<br>椿クラブ | 26<br>おもちゃライブラリー | 27<br>ハビスロ       | 28 | 3/1 |

- ・おもちゃライブラリー（毎週火・木10:00~11:30）は0歳～幼稚園未就児と保護者が対象です。登録、事前予約は不要です。
- ・健康づくり運動教室、ふれあい健康クラブは登録が必要です。
- ・ふれあい再生資源回収は、登録が必要です。
- ・ふれあいサロン（生きいきサロンさくら、金沢おしゃべりサロン、椿クラブ、ハビスロ）は登録が必要です。