

認知症カフェ「ほっとカフェ」

参加者の皆さんとの交流や情報交換、専門家への相談、もの忘れ相談プログラム（タッチパネル式）などができます。皆さんで楽しい時間を一緒に過ごしませんか。



※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、飲食物の提供は行いません。

日時 1月24日(火)
午前10時～正午
場所 杉ホールひびき
問合せ 長寿いきがい課
☎89・5355

認知症カフェ「チームオレンジ遊」

認知症サポーターがチームを組み、認知症の方やその家族に対して支援を行う取り組みです。誰でも参加できます。

日時 毎週水曜日
午後1時～4時
場所 元町オレンジカフェ
(元町4-1)
費用 100円
問合せ 櫻田美穂
☎080・1676・9846
長寿いきがい課
☎89・5355

ヘルスアップー運動教室

日頃の運動不足解消や、フレイル（虚弱）予防のための運動の基本を学びます。

●浅内コース

日時 1月27日(金)、
2月2日(木)、9日(木)
午後1時30分～3時
定員 先着15人
場所 南部公民館
講師 健康運動指導士
畑山幸代さん
申し込み 開催の3日前までに電話で
問合せ 市民保険課
☎89・2159



1月の献血日程

日時/場所
1月3日(火) 午前10時～11時30分、午後1時～4時
/イオンタウン能代
1月26日(木) 午前10時～11時40分、午後1時～1時45分
/能代警察署
1月26日(木) 午後2時45分～4時
/能代山本医師会病院
問合せ 能代保健所
健康づくり課
☎52・4333
☎58・2838

1月 子育て支援センター通信



■サンピノ・すくすくひろば (午前10時～11時30分)

期日	主な内容	場所
6日(金)	0歳児ひろば・6カ月未満児 定員10組	高齢者友愛センター
11日(水)	0歳児ひろば・6カ月以上児 定員10組	
13日(金)	1歳以上児ひろば(身体測定・親子ふれあい遊び) 定員10組	能代市総合体育館
15日(日)	サンデーすくすくひろば 定員8組	高齢者友愛センター
17日(火)	みんな一緒・全年齢児(みんなで遊ぼう!) 定員10組	能代市総合体育館
19日(木)	子育て支援講座(簡単お菓子作り) 定員9組	働く婦人の家
24日(火)	おしゃべりサロン(ママのためのお金の話) 定員5組	子育て支援センター
26日(木)	ちびちゃんひろば(園開放)	第一・四保育所
27日(金)	誕生会(身体測定・お楽しみ劇場) 定員15組	能代市総合体育館

■さんぼえむ・すくすくひろば (午前9時30分～午後1時)

期日	主な内容	場所
4日(水)	一緒に遊ぼうね!(手遊び・体操など)	さんぼえむ
10日(火)	0歳児ひろば	
11日(水)	一緒に遊ぼうね!(お正月遊び)	
17日(火)	一緒に遊ぼうね!(手遊び・体操など)	
18日(水)	作って遊ぼう!(えとのけん玉づくり) 定員6組	さんぼえむ
19日(木)	絵本楽しいね!(はらぺこあおむし)	
24日(火)	すくすく講座(子育てについて)	さんぼえむ
25日(水)	おしゃべりタイム	
26日(木)	ちびちゃんひろば(園開放)	二ツ井・きみまち子ども園
31日(火)	誕生会(身体測定・お楽しみ劇場)	さんぼえむ

※定員を設けている場合は申し込みが必要です。上記以外の園開放日については、市ホームページをご覧ください。

◆育児に関する無料相談受付中! ※12月29日(休)～1月3日(火)は休み

サンピノ ☎52-8115 祝日を除く月～土曜日 午前8時30分～午後5時

さんぼえむ ☎73-3111 月・木・金・土曜日 午前8時30分～午後5時 火・水曜日 午後1時30分～5時



■つどいの広場「ぼけっと」(無料の遊び場)

☎080-3206-1299

時間 午前9時30分～正午
午後1時～4時30分

場所 イオン能代店3階

お休み 1日(日)～4日(水)、15日(日)、20日(金)～22日(日)

●ぐるぐるべったん「おさらべったん」

●出張図書館「おはなし ぼけっと」

1月27日(金) 午前11時～11時15分



■あそびの広場 ばれっと

☎090-5832-0303 (菊池)

●わらべうたであそぼう

時間 1月25日(水) 午前10時～午後0時30分

場所 能代山本広域交流センター

費用 200円

対象 乳幼児と保護者

持ち物 おにぎり、お椀、箸、スプーン、手拭き、飲み物

※状況により内容が変更または中止になる場合があります。

