



高齢者のよろず相談所

地域包括支援センター



# ちどりの里 イベントニュース

12月～住民主体『いこいの場』はじめました・・・

## おてもり喫茶室

【日時】 毎週水曜日

午前 10 時～午後 2 時

参加費 100 円

🎤 カラオケ 100 円/曲

飲食持ち込み自由

🗑️ ゴミ持ち帰りに協力を！

1 月 8 日 🏠 新年初のおてもり喫茶室 🏠 それはそれは にぎやかでした 🏠



1 月 15 日 「あんどんねえさ～」に合流 認知症等の情報交換！  
大塚食品さん提供「マイサイズ 欧風カレー」をお味見  
100kcal/塩分 1mg の味覚を体験しましょう

1 月 22 日 みんなで歌おう🎵 昭和の歌を大合唱🎵  
歌は心の灯 あなたのごひいきはどなたでした？

1 月 29 日 ユナイテッドさん提供の「食材」を電磁調理器で調理してみましょう👨‍🍳  
調理の苦手なあなたでも超簡単 ⇒ 試食してみましょう👨‍🍳



【運営支援】〒283-0101 九十九里町作田1681 ちどりの里内 九十九里町地域包括支援センター ☎️ 76-5713