

総合相談センター どれみ

1月



| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-----|----------------|--------|---|-------------------|-------------------------|-----|
| 1 | 2 | 3 | 4★ ヨガ・ラジオ体操 | 5 ■心と身体が軽くなるヨガ | 6 ヨガ・ラジオ体操 ■スマホ教室 | 7★ |
| 休館日 | | | | | | |
| 8★ | 9 成人の日 | 10 休館日 | 11★ ヨガ・ラジオ体操 ■オレンジカフェ | 12 | 13 ヨガ・ラジオ体操 | 14★ |
| 15★ | 16 ヨガ・ラジオ体操 | 17 休館日 | 18★ ヨガ・ラジオ体操 ■空き家活用相談会 | 19 | 20 ヨガ・ラジオ体操 | 21★ |
| 22★ | 23 ヨガ・ラジオ体操 | 24 休館日 | 25★ ヨガ・ラジオ体操 | 26 | 27 ヨガ・ラジオ体操 | 28★ |
| 29★ | 30 ヨガ・ラジオ体操 | 31 休館日 | ★・・・看護師出勤日(9:30～12:00) ※予定は変更になる可能性もございます。 | | | |



オレンジカフェ

認知症の人やその家族、地域の人など、どなたでも気軽に参加・相談できます
参加者同士で会話をし、ゆったりした時間を過ごしませんか？

毎月第2水曜日

日 時：1月11日(水)10:00～11:30

参加費：無料

お問い合わせ先：湯梨浜町長寿福祉課地域包括センター(☎0858-35-5378)



年始の営業時間

年始は1月4日から営業します♪

旧年中は大変お世話になりました。
誠にありがとうございました。
本年もよろしくお祈りします。



空き家活用相談会

空き家の所有者様からの
お問い合わせお待ちしております。

毎月 第3水曜日

日 時：1月18日(水)10:00～12:00

相談料：無料

申込先：総合相談センターどれみ



スマホ教室

日 時：1月6日(金)

10:30～11:30 「字の打ち方・メールの送り方」

13:00～14:00 「アプリの入れ方・選び方」

参加費：無料

定員：6名

申込先：ドコモショップ倉吉店(☎0858-26-1101)

※受講の際はドコモポイントサービス(無料)の入会が必要です。



心と身体が軽くなるヨガ

家族や仕事の役割を手放して、自分だけの時間を堪能しませんか？

町民の皆様的心と身体の健康促進のため
地域おこし協力隊池本がヨガ教室を開催します。

日程：1月5日(木)総合相談センターどれみ

1月12日(木)湯梨浜町役場中央公民館(第4会議室)

1月19日(木)湯梨浜町中央公民館泊分館(研修室2)

1月24日(火)湯梨浜町中央公民館羽合分館(会議室B)

時間：10:00～11:15

参加費：500円

定員：各回5名様

締切：各回前日12時まで

申込先：地域おこし協力隊 池本

kyouryokutaiikemotoakiko@gmail.com

090-5327-5109もしくは0858-32-0801

補足：ヨガマットは用意しています。



DOREMI NEW STAFF

どれみに新しい仲間が入りました。

空き家の利活用・
移住支援担当の
池本さんです。
(鳥取市出身)
よろしくお祈りします。



1月24日はお子様の見守りサービス
有り(詳細はお問い合わせください)