

Mellow かがだより

10月号



手仕事サロンを開きました。

親子つどいの広場まんまにて、月に一度「手仕事サロン」を開設しています。

9月の「手仕事サロン」では手縫いの雑巾作りをしました。

少し傾いた秋の陽が差す縁側のような部屋で、ゆっくりと流れる時間・・・。

ちょボラ隊のシニアさんと子育てママ、そのお子さんとの交流の場にもなりました。

今月は、ハンカチで巾着作りをします。ご興味のある方は遊びにいらしてくださいね。

＊ ＊ 10月17日(水)10:00～11:30 親子つどいの広場まんま にて ＊ ＊

手仕事サロンは
第3水曜日 10:00～11:30
親子つどいの広場まんまにて♪



ウォーキングイベントを開催しました♪

9月28日 加賀市の学童クラブからのお申し込みで、ウォーキングイベントを開催しました。さわやかな風に背中をおされながら、真っ赤な彼岸花が見ごろをむかえていた動橋川沿いを、気持ちよくウォーキングできました。



ナースの家 笑(にこ)がオープンします！



全国ボランティアナースの会、キャンナス加賀山中が始めた「ナースの家 笑(にこ)」が10月7日(日)にオープンします！

【にこサロン】TVを見たり、おしゃべりしたり、ゲームしたり勉強したり、ぼーっとしたりできるサロンです。

【にこcafé】コーヒーや日替わり定食、インディアンカレーもあります。

その他、高齢者向けサービスも企画中です！介護、育児にお疲れのご家族も息抜きにご利用ください。

「誰かと関わって、食べて、寝る。それが安心できるお手伝い。」小さなナースの挑戦が始まります。

みなさんで応援してください。

住所 加賀市河南町淀町夕1番地の7

連絡先 キャンナス加賀山中 090-9765-3328 (安寛典子)



ちょボラ隊交流会のお知らせ

今回のちょボラ隊交流会では、前回台風のため延期となりました、「ノルディックウォーキング教室(ウォーキングマップ 南郷コース)」を行います。健康増進と親睦を兼ね、登録されている方も、まだの方も、是非ご参加くださいね♪

開催日 : 11月5日(月)
集合場所 : 南郷地区会館
集合時間 : 9時45分



10月の「ラジオ体操を中心とした運動教室」のお知らせ

『運動習慣定着コース』…16日(火)	10:00～11:00	加賀体育館
24日(水)	10:00～11:00	山中健民体育館
『リーダー養成コース』…22日(月)	10:00～11:00	加賀市スポーツセンター

Mellow かが では ～KAGA 健幸健歩プロジェクト～ の一環として「ラジオ体操を中心とした運動教室」を開催しております。詳しくは Mellow かが までお問合せください。

発行者 : シニア活動応援 Mellow かが (加賀市委託事業) ・ 運営団体 : NPO 法人かもママ

所在地 : 加賀市下河崎町 79 番地-2 (NPO 法人かもママ事務所内)

連絡先 : Tel/Fax 0761-73-0203 ・ E メール : mellowkaga@orion.ocn.ne.jp ・ ホームページ : <http://mellowkaga.jimdo.com/>