介護予防サロン

社台サロン

日　時　６月８日㈪　10時
会　場　社台生活館
対　象　町内在住で60歳以上の方
内　容　「中国菓子作り」
講　師　白老日中友好協会　劉美麗さん
申し込み　要申し込み。下記に電話（送迎希望の方は前日の15時までに連絡ください）
詳　細　NPO法人ウテカンパ（平日９時～16時）
田村　☎０８０－１８７４－３６２４

脳いきいき健康サロン

日　時　６月10日㈬　13時30分～15時
会　場　いきいき４・６　２階リラックスルーム
対　象　町内在住で65歳以上の方
内　容　「携帯電話を使いこなそう！スマホ・ケータイ教室」今月はいつもの内容と変更して、携帯電話の使い方について学びましょう。スタッフが電話の仕方やメールを送る、調べものをするなどお伝えしていきます。その他にもわからないことがあればお気軽にお尋ねください。今回、認知症予防体操はお休みになります。
参加費　無料（予約不要）
詳　細　白老高齢者複合施設　畠山
☎８２－２２００

すこやかサロン

日　時　６月９日㈫　10時～11時
会　場　虎杖浜生活館　　**参加費**　無料
対　象　町内在住で65歳以上の方
内　容　作業療法士指導による健康体操やふまねっと運動、血圧測定、栄養相談など
申し込み　下記に電話
（送迎希望の方は連絡してください）
詳　細　社会福祉法人 天寿会 ☎８７－６３３３

元気サロン

日　時　６月４日㈭　13時30分～15時
会　場　北吉原ふれあいプラザ　**参加費**　無料
対　象　町内在住で65歳以上の方
内　容　６月に関するプリント、体操、レクリエーション
申し込み　下記に電話
（送迎希望の方は連絡してください）
詳　細　社会福祉法人 優和会 ☎８３－４２４０

どんぐりサロン

日　時　６月20日㈯　９時30分～11時
会　場　通所介護どんぐり（萩野310－112）
対　象　町内在住で65歳以上の方
内　容　どんぐり体操、脳トレゲーム
参加費　無料
申し込み　下記に電話
（送迎希望の方は連絡してください）
詳　細　社会福祉法人 優和会 ☎８３－４２４０

女性サロン陽だまりの家「ラポラポ」（6月）

※会場はコミュニティカフェ「ミナパチセ」（社台191－10、電話は下記）、各講座ズーム参加可

講座・イベント情報	日　程	講　師
連句を楽しもう講座　五七五･七七で結ぶ	３日㈬　13～15時	日本連句協会北海道支部　中嶋祐子さん
アイヌ文様刺しゅう講座	12日㈮、13日㈯、26日㈮　14～16時	下河ヤエさん・田村弘子さん
手話で話そう講座	10日㈬　13～15時 17日㈬　18～20時	ろう者講師
げんきカフェ	15日㈪　10～12時	看護師スタッフ
ママカフェ	17日㈬　11～13時	助産師スタッフ
シェルビー先生の英語体験	17日㈬　16～17時30分	シェルビー　ブラウンさん
放課後ユースカフェ（白老東高校）	24日㈬　15時20分～16時20分	助産師スタッフ

【定期開催】　●英語を楽しもう講座：６月５日㈮　講師シルベストレ バルガス
【サ ロ ン】　●通常サロン：10～15時　コミュニティカフェ「ミナパチセ」移動サロン町内各地域
●移動サロン：だれでも食堂チャムセチャムセ（未定）
※サロン利用、講座参加無料　公式ラインで情報発信しています。気軽に相談してください。
令和８年度白老町地域女性活躍推進事業

ウテカンパFacebook　　LINE ID@307wxtxj

問い合わせ先：NPO法人ウテカンパ　☎０８０－１８７４－３６２４