

明祥地区社会福祉協議会（明祥プラザ内） ◎ 休業日：日・月・祝日
明祥福祉センター TEL 92-3641 FAX 92-5774

ひとりで悩んでいませんか？あなたに
寄り添って一緒に考えます。



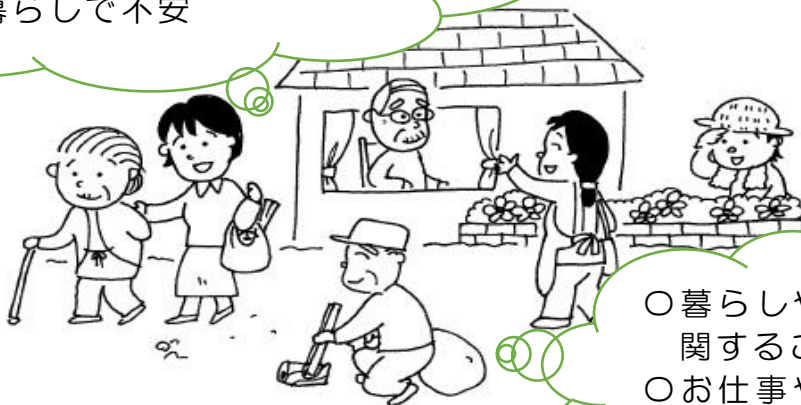
秘密厳守・相談無料で安心・安全

心配ごと相談

どこに相談したらよいかわからない悩みや、日々の生活の中で感じる不安についてお気軽にご相談下さい。相談内容は秘密厳守いたします。

また、ご本人の同意を得たうえで他の相談機関と連携し、関係機関やサービス利用の案内・橋渡しを行います。

- 介護や医療に関すること
- 子育てや家族に関すること
- 一人暮らしで不安



- 暮らしや住まいに関すること
- お仕事や人間関係での悩みなど

◆相談日：毎週火曜日～土曜日

※ 閉館日、祝日、年末年始、お盆期間（8/13～8/15）を除く

◆時間：午後1時30分から4時まで

◆場所：総合福祉センター（安城市赤松町大北78-1）

◆その他：予約不要、相談無料

※ 電話での相談も受け付けます。

問い合わせ：安城市社会福祉協議会 地域福祉係 TEL77-7889

「めいしょうカフェ」で
ちよっと息抜き



毎月第3火曜日に開催している「めいしょうカフェ」では、介護者と介護される人、カフェに関心を持った人などが演奏を聴いたり、コーヒーを飲みながらお話をしたり、思い思いに過ごされています。

認知症について関心がある人、介護で息抜きしたい人、カフェが気になった人は、一度遊びにきてくださいね。

めいしょうカフェ（認知症カフェ&介護者のつどい）

日時：令和6年3月19日（火）

午後1時30分から午後3時まで

場所：明祥プラザ 2階 集会室1、2

対象：どなたでも



明祥福祉センターからのお知らせ

	内容	日にち	時間
①	健康体操 (すっきり・し ゃっきり 健康教室)	ストレッチやリズム体操 等、立って行う体操をしま す 受付時間 【1部】 9時10分～ 【2部】 10時15分～	4月2日 9日 16日 23日 いずれも火曜日 【1部】 9:30～10:30 【2部】 10:45～11:45 ※内容は同じです
②	ぷらっと プラザサロン	小物づくり、ゲーム、 講話などを行います ※第3週は 「脳トレと太極拳」です	4月3日 10日 17日 24日 いずれも水曜日 9:30～11:00
③	健康麻雀 サロン	「お金を賭けない」「お酒 を飲まない」「タバコを吸 わない」麻雀です	9:00～11:30
④	ストレッチ サロン	簡単なストレッチやお口 の体操を行います	4月4日 (木) 10:00～11:00
⑤	卓球サロン	自由に卓球をします 初心者大歓迎です	4月12日 26日 いずれも金曜日 9:30～11:30
⑥	折り紙サロン	初心者向け折り紙です	4月27日 (土) 9:30～11:00

【対象者】市内在住の60歳以上の方

市内在住の18歳以上の障がいのある方（健康体操を除く）

【申込み】不要 【参加費】無料

【持ち物】水分補給用飲み物、動きやすい服装

