

あったかふれあいセンター高岡

蓮池サテライト

日時：毎月第2・4月曜日 10時～13時

場所：蓮池コミュニティーセンター
土佐市蓮池1332

利用料：無料（調理・製作などの材料費は自己負担となります）

2025年4月～6月の予定

4月14日…「落語と笑いヨガ」（10:30～）

4月28日…お茶会

5月12日…おしゃべり・ランチ

5月26日…「3B体操」（10:30～）

6月9日…「イスヨガ」（10:30～）

6月23日…ボッチャ

※予定は変更になる場合があります

お問い合わせ先

土佐市社会福祉協議会

あったかふれあいセンター高岡

土佐市高岡町甲1771

088-881-5472

090-7783-7814

あったかふれあいセンター高岡は、市の委託を受け子供から高齢者まで誰もが安心・安全に暮らすことのできる地域の拠点として、支え合いの仕組みづくりやサービスの提供を行っております。

あったかふれあいセンター高岡 船越サテライト

「船越おしゃべり家」

令和7年4月～9月スケジュール

4月9日

学び

「健康食品
サプリメント」の話
薬剤師さんの講話です

5月14日

落語と笑いヨガ

笑いヨガ講師・アマチュア落語家
花の家こなつさん

6月11日

交流 in 高知リハ

高知リハの授業に参加します

7月9日

交流 in 高知リハ

高知リハの授業に参加します

8月13日

おしゃべりの日



9月10日

学び

防災学習

～どんなもの備えたらいいの?～



日時

毎月 第2水曜日 10時～11時30分

場所

土佐市高岡町乙790-137
船越児童公園 「やすらぎの家」

利用料

無料（製作・飲食代は自費となります）

お問い合わせ先

土佐市社会福祉協議会
あったかふれあいセンター高岡
TEL 090-7783-7814

予定は変更になる場合があります。
ご不明な事があれば、お気軽にお問い合わせください。