

ゆらりん家 地域開放

日曜弁当

毎週日曜日12時から販売

(8/3と8/31はお休みです)

ゆらりん家自慢のお弁当を販売
ボランティアさんが腕によりをかけて調理
取りに来るのが難しい方は配達します
調理や配達のボランティアさん募集中



こども食堂

だけじゃない

7/16 (水)

16:30~18:30

(8月はお休みです)



大鍋で作るカレーライス
甘口と中辛あります
こども100円 おとな200円
100食限定 なくなり次第終了

マイボトル持参でお願いします 暑さ対策!

地域の農家の皆さま

食材の差し入れお待ちしております

規格外品大歓迎!



日曜クラフ

歌声喫茶 7/13・8/10 健康体操 7/20・8/17

健康日舞 7/27・8/24 いずれも11時開始 参加費無料

サンメルトでラジオ体操
毎週火曜日9時45分 参加自由



さんかくガーデンみんなでお手入れ

7/19 8/16(土) 8時

持ち物:園芸用手袋・鋏・移植ごて



町会の公園体操



●岡上西町会公園体操 (和光大学内広場)
毎月第1・第2土曜日9時半~ 自由参加

●岡上第2公園体操 (すぎのこ保育園横)
毎週金曜日9時半~ 自由参加

岡上納涼夏祭り 8/2(土)

ゆらりん 今年も玉こんにゃくと日本酒で出店します



アタマとカラダの健康チャレンジ 8/6(水)14時 岡上分館(集会室)

試してみようあなたの脳体力 軽度認知障害(MCI)を学ぶ 脳体力テストや楽しいトレーニングもあります
定員20名 お申し込みはお電話で 050-8882-2649 (平日9時~17時) 7/30締切

健康ウォークは7月8月はお休みです 次回は9/13 町田二大天神コース

ゆらりん家は川崎市生活支援コーディネーターとして岡上地区を担当しています
あなたの周りの気になる方について ご相談は無料、秘密厳守でサポートいたします

ゆらりん家 yurarin-chi

<https://yurarin.jp/yurarinchi/>

住所: 川崎市麻生区岡上710-1

問合せ/申込: 080-7484-9055 (七川・岩崎・林田)
(平日9時~17時)



フロアボール 講習会

をおこないます!!



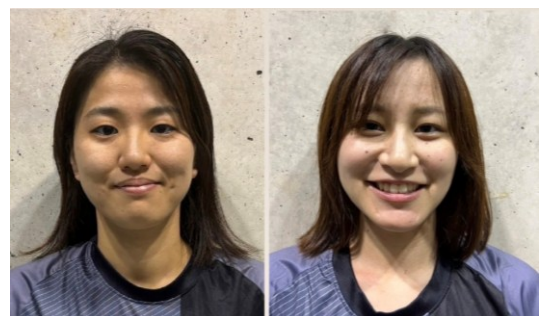
@Sunmelt にて



日本女子 A 代表
の選手が来るよ!

7/12(土)
13:00~15:00

参加無料/予約不要



DF

#4 後藤 礼衣

FW

#17 伊藤 凜