

まるっと
お

ちや



っこ会

本年もよろしくお願いたします!今年はどうな1年にしたいですか?
よかったらぜひ一緒にお話ししましょう。最近の出来事、大雨の被害のこと、お困りごとなど。
お茶とおやつを用意してお待ちしています。よければおともだちも一緒にご参加ください。
常連さんも、はじめましての方も、お久しぶりの方も、どなたでもお気軽にどうぞ♪



1月は水曜開催♪
8.15.22.29日



【時間】 10:00 ~ 12:00

【場所】 東地区コミュニティセンター (秋田市広面字鬼頭 38)

1/
(水) 8

第5回 今後のまるっとお茶っこ会を
みんなで考えよう!

いつもお茶っこ会の開催にご協力いただきありがとうございます!
みんなが居心地のいい場所にしていくために、引き続きみんなで考えて
いきましょう。これまで参加されていない方もぜひご参加ください!

1/
(水) 22

「フレイル」とは? (東通地域包括支援センター)

最近耳にする機会が多くなった「フレイル」。どのような状態?どんなことに
気をつけたらいい?東通地域包括支援センターの方より詳しく教えていた
だきます。長く健康で暮らしていくために、この機会に聞いてみましょう!
動きやすい格好でご参加ください!

1/
(水) 29

お楽しみ会 

これまでの「今後のまるっとお茶っこ会をみんなで考えよう!」の話し合い
の中で、みんなで考えた企画を実施します!詳しい内容は1/8(水)の話し
合いで決定します!話し合いに参加した方も、そうでない方もぜひ楽しみ
にご参加ください!



【主催】 秋田市地域支え合いセンター、秋田市社会福祉協議会、東地区コミュニティセンター
【協力】 秋田まるっと会議、秋田市復興支援チーム、東通地域包括支援センター、秋田災害支援プロジェクト alecole
【問い合わせ】 秋田市地域支え合いセンター (秋田市社会福祉協議会) 018-895-5033