

# みんなの家通信

2026年2月号 Vol 96



日/曜日	2月の予定	
1 日	日本語教室インドネシア	10時
2 月	パソコンを楽しむ会	10時
3 火	健康マーじゃん	10時
7 土	キッズカフェ「コチドリ」	15時
8 日	カラオケ会屋	13時
12 木	認知症予防カフェ「ハマユウ」	10時
14 土	ジョイ会	11時
15 日	有価物回収活動	9時
	日本語教室フィリピン	10時
16 月	パソコンを楽しむ会	10時
17 火	健康マーじゃん	10時
18 水	大分県NPO連絡会議	14時
21 土	キッズカフェ「コチドリ」	15時
22 日	海岸清掃活動	9時
	バスツアー（日本語教室）	
23 月	認知症予防カフェ「ハマユウ」	10時
25 水	長野県県民会議のオンライン勉強会	
28 土	男が賄う夕食会	17時

※お楽しみ会への参加は自由です。お待ちしております。

## TOPICS

### みんなの家増築に着手

年を重ねるにつれ、家に引きこもりがちになり、孤立し情報も不足してきます。特に男性にその傾向が強いと言われてます。その解消のために、コミュニティは交流拠点「みんなの家」を立ち上げました。

建設して来年で10年になりますが、スケジュール表にあるように自主運営、自由参加を原則にいろんな集いが開催され、一定の成果を上げていくことができます。

一方、年を重ねるにつれ運動機能の低下が進んでまいります。機能の低下を防ぐために「ストレッチが良い」、「散歩が良い」と言われますが、一人で続けることはなかなか困難です。そこで折角集まる機会が増えたのだから、みんなで体を動かしてフレイルを防ぐ取り組みをするため、一部屋増築することとしました。乞うご期待！

### 男が賄う夕食会

■日時 2月28日(土) 17時

■場所 みんなの家 参加費600円

■シェフ ジョーさん

■料理 お楽しみに！

■ビール 250円(缶ビール1本)

清酒と焼酎は無料

各自手酌をお願いします



### キッズカフェ「コチドリ」からお知らせ

■日時 2月7日(土) 15時～18時

■場所 みんなの家

■参加費200円

<文理大のお兄さん、お姉さんがやってくる>

大学生といっしょに勉強したり、ゲームをしたり、食事したり、若いパワーいっぱいのコチドリで楽しいひと時をすごしましょう！



### オレンジカフェ「ハマユウ」からお知らせ

■日時 2月12日(木) 10時

■場所 みんなの家 参加費300円

■内容 武生さんによる健康体操

■日時 2月23日(月) 10時

■場所 みんなの家 参加費300円

■内容 お楽しみに！



■日時 2月21日(土) 15時～18時

■場所 みんなの家

■参加費200円(材料費)

<コチドリ農園でじゃがいもを育てよう>

海辺の畑にじゃがいものタネを植えつけます。ホクホクのじゃがいも料理をたのしみに成長をよく観察していきましょう。



■佐賀関大火被害者への見舞金を募ります  
窓口 宮崎(090-2714-9190)