11月 福祉保健活動・ケアプラザ自主事業カレンダー

平成27年10月17日現在

日	月	火	水	木	金	土
1 ゆうゆう霧が丘 & 社協ふれあいまつり	2 13:00～15:00 友愛サロン	文化の日 3 13:00～15:00 コーラス にじいろ	4 9:30～10:20 元気アップ体操 13:00～16:00 手談サロン	5 10:00～11:30 もくもくひろば 13:30～15:30 うたごえサロン 13:00～17:00 霧が丘囲碁愛好会	6 10:00～12:00 赤ちゃん教室 13:00～16:00 手談サロン	7 10:00～12:00 体操ひろば
8	9 10:00～12:00 霧サポ活動日(手芸班) 13:00～15:00 ひだまりサロン パソコン相談あり	10 10:00～11:30 霧が丘談和会	11 9:30～10:20 元気アップ体操 13:00～16:00 手談サロン	12 10:00～11:30 霧が丘ママ FUN DAY 13:00～16:00 はじめての水彩画 13:00～17:00 霧が丘囲碁愛好会	13 13:00～16:00 手談サロン	14 8:00～11:00 霧の里　花植え 10:00～11:30 子育てサロン 10:00～12:00 体操ひろば
15	16 10:00～12:00 霧サポ活動日(手芸班) 13:00～15:00 ひだまりサロン パソコン相談あり 13:30～15:30 ひまわり教室	17 10:00～11:30 霧が丘談和会 13:00～15:00 コーラス にじいろ	18 9:30～10:20 元気アップ体操 受付10:30～ 健康チェックの日 13:00～16:00 手談サロン 14:00～16:00 青春と浪漫を歌う会	19 12:00～14:00 霧が丘会食会 13:00～17:00 霧が丘囲碁愛好会	20 13:00～16:00 手談サロン	21 10:00～12:00 体操ひろば
22	勤労感謝の日 23	24 休館日	25 9:30～10:20 元気アップ体操 13:00～16:00 手談サロン	26 9:30～12:30 探検ウォーキング 10:00～11:30 もくもくひろば 13:00～16:00 ぬりえアート 13:00～17:00 霧が丘囲碁愛好会	27 10:00～12:00 霧が丘朗読会 13:00～16:00 手談サロン	28 10:00～12:00 体操ひろば
29	30					

福祉保健活動のご紹介

霧が丘会食会
霧が丘地域にお住まいの75歳以の方を対象とした食事会です。
参加費300円　要予約
お問合せ：成瀬　☎921-8010

霧が丘談和会
お茶や会食をしながら、交流を深める高齢者の憩いの場です。
参加費1ヶ月100円　予約不要
当日直接会場にお越し下さい。
お問合せ：小川　☎921-1520

霧が丘朗読会
古文の朗読や詩などについて談話しながら交流を深める場です。
参加費無料　予約不要
当日直接会場にお越し下さい。
お問合せ：増子　☎922-4103

霧が丘囲碁愛好会
高齢者の脳活性化はもちろん地域の方との交流も広げられます。
参加費1ヶ月３００円　予約不要
お問合せ：中尾　☎921-8303

霧が丘ひまわり教室
脳疾患で障害を持たれた方を対象にリハビリを兼ねた活動をしています。
参加費無料　予約不要
お問合せ：堀尾　☎ 921-3762

友愛サロン
子育てママから高齢者まで誰でも参加できる気楽なサロンです。
原則　毎月第1月曜日
参加費：無料　　予約不要
お問合せ：高橋　☎922-3021

体操ひろば
介護予防健康づくりのための体操をしています。
参加費無料　予約不要
お問合せ：筋トレの会代表
庄司　☎921-1756

子育てサロン
0～3歳くらいまでのお子さんと保護者が交流をする場です。
参加費1回100円　予約不要
お問合せ：中井　☎921-5488