

10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9月16日現在

日	月	火	水	木	金	土
				1 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	2 10:00～12:00 赤ちゃん教室 13:00～16:00 手談サロン	3 10:00～12:00 体操ひろば
4	5 13:00～15:00 友愛サロン	6 13:00～15:00 コーラスにじいろ	7 9:30～10:20 元気アツ体操 13:00～16:00 手談サロン	8 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	9 10:00～12:00 食生活見直し講座 13:00～16:00 手談サロン	10 10:00～12:00 体操ひろば
11	12 10:00～12:00 霧サボ活動日(手芸班) 13:00～15:00 ひだまりサロン パ/コン相談あり 	13 10:00～11:30 霧が丘談和会	14 9:30～10:20 元気アツ体操 13:00～16:00 手談サロン	15 12:00～14:00 霧が丘会食会 13:00～17:00 霧が丘囲碁愛好会	16 13:00～16:00 手談サロン	17 10:00～12:00 体操ひろば
18	19 10:00～12:00 霧サボ活動日(手芸班) 13:00～15:00 ひだまりサロン パ/コン相談あり  13:30～15:30 ひまわり教室	20 10:00～11:30 子育てサロン 13:00～15:00 コーラスにじいろ	21 9:30～10:20 元気アツ体操 受付10:30～ 健康チェックの日 13:00～16:00 手談サロン 13:30～14:30 介護者のつどい 14:00～16:00 青春と浪漫を歌う会	22 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 めいえアート 13:00～17:00 霧が丘囲碁愛好会	23 10:00～14:00 食生活見直し講座 10:00～12:00 霧が丘朗読会 13:00～16:00 手談サロン	24 10:00～12:00 体操ひろば
25	26 休館日	27 10:00～11:30 霧が丘談和会	28 9:30～10:20 元気アツ体操 13:00～16:00 手談サロン	29 13:00～17:00 霧が丘囲碁愛好会	30 13:00～16:00 手談サロン	31 10:00～12:00 体操ひろば

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歳以上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がります。
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：筋トシの会代表 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