

趣味活動・講座

※すべて予約制です！※

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
<p>体操・レクリエーション は裏面参照！</p>  			1日	2日	3日	4日
			<p>※※※※※ 体操①② 詳細は裏面</p>	<p>終日 カフェタイム</p>	<p>カフェタイム</p>	<p>終日 カフェタイム</p>
			<p>いきいき 栄養講座 14:00～15:30</p>			<p>※※※※※ 体操③ 詳細は裏面</p>
5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日
<p>休み</p>	<p>終日 カフェタイム</p>	<p>あんずの家 お菓子販売 11:30～13:00</p>	<p>口腔講座 10:00～10:40</p>	<p>カフェタイム</p>	<p>おりがみくらぶ 10:30～11:30</p>	<p>終日 カフェタイム</p>
		<p>カフェタイム</p>	<p>※※※※※ 体操⑦ 詳細は裏面</p>	<p>※※※※※ 体操③④ 詳細は裏面</p>	<p>編み物の会 14:00～15:00</p>	
12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日
<p>休み</p>	<p>終日 カフェタイム</p>	<p>あんずの家 お菓子販売 11:30～13:00</p>	<p>終日 カフェタイム</p>	<p>カフェタイム</p>	<p>※※※※※ 体操⑨ 詳細は裏面</p>	<p>ぬり絵の会 10:00～11:00</p>
		<p>しゃべりば (本人ミーティング) 13:00～14:00</p>			<p>※※※※※ 体操⑤⑥ 詳細は裏面</p>	<p>わくわく絵本 絵本 よみきかせの会 14:00～15:00</p>
19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日
<p>休み</p>	<p>カフェタイム</p>	<p>あんずの家 お菓子販売 11:30～13:00</p>	<p>栄養講座 10:00～10:40</p>	<p>カフェタイム</p>	<p>カフェタイム</p>	<p>カフェタイム</p>
		<p>※※※※※ 体操⑩ 詳細は裏面</p>	<p>折り紙の会 ①13:30～ ②15:00～</p>	<p>カフェタイム</p>	<p>介護保険 相談会 14:00～15:00</p>	<p>編み物の会 14:00～15:00</p>
						<p>※※※※※ レクリエーション⑪ 詳細は裏面</p>
26日	27日	28日	29日	30日		
<p>休み</p>	<p>終日 カフェタイム</p>	<p>あんずの家 お菓子販売 11:30～13:00</p>	<p>終日 カフェタイム</p>	<p>終日 カフェタイム</p>		
		<p>オレンジカフェ 14:00～15:00</p>				

マスク着用・飲み物持参

体操・レクリエーション

※すべて予約制です！※

澤潟先生の体操です
この中から、一つお選び下さい

- | | |
|---------------------------|------------------------|
| ① 健康体操(1) 6月1日(水) 10:00~ | 地区区民館・レクルーム
※上履き持参※ |
| ② 健康体操(1) 6月1日(水) 11:00~ | 地区区民館・レクルーム
※上履き持参※ |
| ③ すてっぷ体操 6月9日(木) 14:00~ | 桜台地域集会所・集会室1, 2 |
| ④ すてっぷ体操 6月9日(木) 15:00~ | 桜台地域集会所・集会室1, 2 |
| ⑤ 健康体操(2) 6月16日(木) 14:00~ | 桜台地域集会所・集会室1, 2 |
| ⑥ 健康体操(2) 6月16日(木) 15:00~ | 桜台地域集会所・集会室1, 2 |

- ⑦ ほぐレク体操 6月8日(水) 14:00~14:45 ケアカフェ さくら

ゆるらく体操(さくらカフェバージョン) ※タオル1本持参(フェイスタオルサイズ)※

- | | |
|------------------------|-----------------|
| ⑧ 6月3日(金) 14:00~15:00 | 桜台地域集会所・2階会議室 |
| ⑨ 6月17日(金) 10:30~11:30 | 桜台地域集会所・集会室1, 2 |

※6月は開催場所が変わります

- ⑩ 転ばぬ先の杖体操

6月20日(月) 14:00~15:00 桜台地域集会所・集会室1, 2

- ⑪ ねりカフェ 14:00~15:00 デイサービスカルーチェ

6月25日(土) ※『脳トレ』などのレクリエーションを行います。

※上履き持参※

問い合わせ先・予約:桜台地域包括支援センター ☎ 5946-2311