

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
休み	<p>体操・レクリエーションは裏面参照！</p>  <p>★印は、各団体へ直接お申込み下さい。</p>					1日 終日 カフェタイム
2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日
休み	カフェタイム ※※※※※ 体操⑥ 詳細は裏面	あんずの家 お菓子販売 11:30~13:00 カフェタイム	終日 カフェタイム	カフェタイム ★ さくら絵本クラブ 13:30~15:00	カフェタイム ※※※※※ 体操⑦ 詳細は裏面	終日 カフェタイム
9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日
休み	終日 カフェタイム	あんずの家 お菓子販売 11:30~13:00 しゃべりば (本人ミーティング) 14:00~15:00	口腔講座 10:00~10:40 ※※※※※ 体操⑤ 詳細は裏面	カフェタイム ※※※※※ 体操② 詳細は裏面	おりがみくらぶ 10:30~11:30 編み物の会 14:00~15:00	ぬり絵の会 10:30~11:30 時間変更 カフェタイム
16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日
休み	カフェタイム ※※※※※ 体操⑨ 詳細は裏面	あんずの家 お菓子販売 11:30~13:00 折り紙の会 ①13:30~ ②15:00~	終日 カフェタイム	カフェタイム ※※※※※ 体操③④ 詳細は裏面	※※※※※ 体操⑧ 詳細は裏面 ★わくわく絵本絵本読み 聞かせの会 14:00~15:00 夢見草の会 14:00~15:00	カフェタイム ※※※※※ レクリエーション⑩ 詳細は裏面
23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日
休み	カフェタイム NEW ※※※※※ 体操⑩ 詳細は裏面	あんずの家 お菓子販売 11:30~13:00 オレンジカフェ 14:00~15:00	栄養講座 10:00~10:40 カフェタイム	カフェタイム 介護保険 相談会 14:00~15:00	カフェタイム 編み物の会 14:00~15:00	祝日 昭和の日
30日	 <p>問い合わせ先・予約:桜台地域包括支援センター</p> <p>☎5946-2311</p> 					休み

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) 今月はお休みです 地区区民館・レクルーム
※上履き持参※
- ② すてっぷ体操 4月13日(木) 14:00～ 桜台地域集会所・集会室1, 2
- ③ 健康体操(2) 4月20日(木) 14:00～ 桜台地域集会所・集会室1, 2
- ④ 健康体操(2) 4月20日(木) 15:00～ 桜台地域集会所・集会室1, 2

- ⑤ ほぐレク体操 4月12日(水) 14:00～14:45 ケアカフェ さくら

- ⑥ ゆるらく体操(新谷先生)

4月3日(月) 14:00～15:15

桜台地域集会所・集会室3

※タオル1本持参(フェイスタオルサイズ) ※お持ちの方は5本指ソックスをお持ち下さい

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)※

- ⑦ 4月7日(金) 14:00～15:00 ケアカフェ さくら

- ⑧ 4月21日(金) 10:30～11:30 ケアカフェ さくら

- ⑨ 転ばぬ先の杖体操

4月17日(月) 14:00～15:00

桜台地域集会所・集会室1, 2

- ⑩ 体操(名称未定) NEW

4月24日(月) 14:00～15:00

桜台地域集会所・集会室4

- ⑪ ねりカフェ 14:00～15:00 デイサービスカルーチェ

4月22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