

# ふれあいの里

## 令和4年 11月 予定



HP



facebook



YouTube



社会福祉法人草加市社会福祉事業団  
 草加市高齢者福祉センターふれあいの里  
 住所：草加市新里町106-6 電話：048-920-6222

日	月	火	水	木	金	土
※「ラジオ体操」・「大人のドリル」 「みんなで楽しく頭の体操」 「体力測定会」は自由参加です 		<b>1</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・これから始めよう 介護予防運動④ 13：30～14：30	<b>2</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 	<b>3</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・やさしい水彩画教室④ 10：15～12：00	<b>4</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・みんなで楽しく頭の体操 10：15～11：00 ・のんびりヨガ(秋コース)④ 13：30～14：30	<b>5</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50
<b>6</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50	<b>7</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・ふれあいカレッジ 介護予防運動⑧ 10：15～11：45	<b>8</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50	<b>9</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50	<b>10</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50	<b>11</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・みんなで楽しく頭の体操 10：15～11：00 ・のんびりヨガ(秋コース)⑤ 13：30～14：30	<b>12</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50
<b>13</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 「健康相談」は当日 時間内にお越しください	<b>14</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・ふれあいカレッジ 介護予防運動⑨ 10：15～11：45 ・嘱託医による健康相談 13：30～14：30	<b>15</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・にこにこサロン楽楽 13：30～14：30	<b>16</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50	<b>17</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・シニア大学まなびあい (災害時生活講習)⑥ 13：30～15：00	<b>18</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・みんなで楽しく頭の体操 10：15～11：00 ・のんびりヨガ(秋コース)⑥ 13：30～14：30	<b>19</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50
<b>20</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50	<b>21</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・ふれあいカレッジ 介護予防運動⑩/閉校式 10：15～11：45	<b>22</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50	<b>23</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50	<b>24</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・軍手人形 ～来年の干支卯を作ろう～ ①10：15～12：00 ②13：30～15：15	<b>25</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・みんなで楽しく頭の体操 10：15～11：00	<b>26</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50
<b>27</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 「健康相談」は当日 時間内にお越しください	<b>28</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・嘱託医による健康相談 13：30～14：30 	<b>29</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・体力測定会 10：00～11：00 ・水害訓練 14：15～(30分程度)	<b>30</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 			