



令和5年 6月 予定



facebook



YouTube



社会福祉法人草加市社会福祉事業団
 草加市高年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」 「にこにこサロン楽楽」 は自由参加です。 		申込 ←事前申込制です ①ハピネスエクササイズ ②草加野菜でレッツ・クッキング ③介護予防普及事業 ①②詳細は広報とうか6/5号掲載 ③は谷塚西部地域包括支援センターへ TEL929-0014		1 ・ラジオ体操 8:45~8:50	2 ・ラジオ体操 8:45~8:50	3 ・ラジオ体操 8:45~8:50 ・みんなで楽しく頭の体操 10:15~11:00
4 ・ラジオ体操 8:45~8:50 	5 ・ラジオ体操 8:45~8:50	6 ・ラジオ体操 8:45~8:50	7 ・ラジオ体操 8:45~8:50	8 ・ラジオ体操 8:45~8:50	9 ・ラジオ体操 8:45~8:50	10 ・ラジオ体操 8:45~8:50 ・みんなで楽しく頭の体操 10:15~11:00
11 ・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	12 ・ラジオ体操 8:45~8:50 ・嘱託医による健康相談 13:30~14:30 	13 ・ラジオ体操 8:45~8:50	14 ・ラジオ体操 8:45~8:50	15 ・ラジオ体操 8:45~8:50 ・にこにこサロン楽楽 13:30~14:30	16 ・ラジオ体操 8:45~8:50 ・ハピネスエクササイズ① 10:15~11:15 申込 	17 ・ラジオ体操 8:45~8:50 ・みんなで楽しく頭の体操 10:15~11:00
18 ・ラジオ体操 8:45~8:50	19 ・ラジオ体操 8:45~8:50	20 ・ラジオ体操 8:45~8:50	21 ・ラジオ体操 8:45~8:50 ・介護予防普及事業 谷塚西部地域包括支援センター 14:00~15:00 申込	22 ・ラジオ体操 8:45~8:50 ・草加野菜でレッツ・クッキング! 10:15~13:00 申込 	23 ・ラジオ体操 8:45~8:50 ・ハピネスエクササイズ② 10:15~11:15	24 ・ラジオ体操 8:45~8:50 ・みんなで楽しく頭の体操 10:15~11:00
25 ・ラジオ体操 8:45~8:50	26 ・ラジオ体操 8:45~8:50 ・嘱託医による健康相談 13:30~14:30	27 ・ラジオ体操 8:45~8:50	28 ・ラジオ体操 8:45~8:50	29 ・ラジオ体操 8:45~8:50	30 ・ラジオ体操 8:45~8:50 ・ハピネスエクササイズ③	