



facebook



YouTube



令和5年 10月 予定

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
<p>1</p> <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操 8:45~8:50 	<p>2</p> <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操 8:45~8:50 	<p>3</p> <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操 8:45~8:50 シニアスポーツ「モルックを楽しむ」 13:30~14:30 	<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操 8:45~8:50 みんなで楽しく頭の体操 10:15~11:00 	<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操 8:45~8:50 	<p>6</p> <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操 8:45~8:50 草加野菜で本場の中華料理を作ろう 10:15~13:00 	<p>7</p> <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操 8:45~8:50
<p>8</p> <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操 8:45~8:50 	<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操 8:45~8:50 	<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操 8:45~8:50 一本棒・バッテン棒 体操リーダー養成講座 10:00~12:00 申込 シニアスポーツ「モルックを楽しむ」 13:30~14:30 	<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操 8:45~8:50 みんなで楽しく頭の体操 10:15~11:00 	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操 8:45~8:50 	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操 8:45~8:50 	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操 8:45~8:50
<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操 8:45~8:50 にこにこサロン楽楽 13:30~14:30 	<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操 8:45~8:50 嘱託医による健康相談 13:30~14:30 	<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操 8:45~8:50 一本棒・バッテン棒 体操リーダー養成講座 10:00~12:00 シニアスポーツ「モルックを楽しむ」 13:30~14:30 	<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操 8:45~8:50 みんなで楽しく頭の体操 10:15~11:00 介護予防啓発事業 申込 谷塚西部地域包括支援センター 14:00~15:30 	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操 8:45~8:50 	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操 8:45~8:50 	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操 8:45~8:50
<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操 8:45~8:50 	<p>23</p> <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操 8:45~8:50 	<p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操 8:45~8:50 一本棒・バッテン棒 体操リーダー養成講座 10:00~12:00 シニアスポーツ「モルックを楽しむ」 13:30~14:30 	<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操 8:45~8:50 みんなで楽しく頭の体操 10:15~11:00 	<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操 8:45~8:50 	<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操 8:45~8:50 	<p>28</p> <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操 8:45~8:50
<p>29</p> <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操 8:45~8:50 	<p>30</p> <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操 8:45~8:50 健康寿命で自分らしく！ 介護予防講座(口腔) 申込 14:00~15:00 嘱託医による健康相談 13:30~14:30 	<p>31</p> <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操 8:45~8:50 一本棒・バッテン棒 体操リーダー養成講座 10:00~12:00 	<p>申込 ←事前申込制です</p> <ul style="list-style-type: none"> ①健康寿命で自分らしく！介護予防講座 ②一本棒・バッテン棒体操リーダー養成講座 ③介護予防啓発事業 <p>①は広報そうか10/5号掲載 ②はスポーツ振興課へTEL922-2861 ③は谷塚西部地域包括支援センターへ TEL929-0014</p>			

「健康相談」は当日 時間内にお越しください

「大人のドリル」を 毎週、月曜日に 配布しています

「ラジオ体操」 「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

