



令和5年

7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。 				皆さまの健康づくりに！ ぜひ、ご利用くださ～い		1 ・ラジオ体操 8：45～8：50
2 ・ラジオ体操 8：45～8：55 ・みんなで楽しく頭の体操 10：15～11：00	3 ・ラジオ体操 8：45～8：50	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 ・ハピネスエクササイズ④ 10：15～11：15	8 ・ラジオ体操 8：45～8：50
9 ・ラジオ体操 8：45～8：55 ・みんなで楽しく頭の体操 10：15～11：00	10 ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・嘱託医による健康相談 13：30～14：30	11 ・ラジオ体操 8：45～8：50	12 ・ラジオ体操 8：45～8：50	13 ・ラジオ体操 8：45～8：50	14 ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・ハピネスエクササイズ⑤ 10：15～11：15	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 8：45～8：55 ・みんなで楽しく頭の体操 10：15～11：00	17 ・ラジオ体操 8：45～8：50	18 ・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(栄養) 申込 10：15～11：15	19 ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・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	20 ・ラジオ体操 8：45～8：55 ・知って安心講座 直接会場へ ～人生のまとめ方考えてみませんか～ 13：30～15：00	21 ・ラジオ体操 (夏休み★こどもラジオ体操) 8：45～8：55 ・ふれあいジュニア大学① 10：00～11：00 申込	22 ・ラジオ体操 (夏休み★こどもラジオ体操) 8：45～8：55
23 ・ラジオ体操 (夏休み★こどもラジオ体操) 8：45～8：55 ・みんなで楽しく頭の体操 10：15～11：00	24 ・ラジオ体操 (夏休み★こどもラジオ体操) 8：45～8：55 ・嘱託医による健康相談 13：30～14：30	25 ・ラジオ体操 (夏休み★こどもラジオ体操) 8：45～8：55	26 ・ラジオ体操 (夏休み★こどもラジオ体操) 8：45～8：55	27 ・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) 10：15～11：15	28 ・ラジオ体操 (夏休み★こどもラジオ体操) 8：45～8：55 ・ふれあいジュニア大学② 14：00～15：00	29 ・ラジオ体操 (夏休み★こどもラジオ体操) 8：45～8：55
30 ・ラジオ体操 (夏休み★こどもラジオ体操) 8：45～8：55	31 ・ラジオ体操 (夏休み★こどもラジオ体操) 8：45～8：55	「健康相談」は当日 時間内にお越しください 		申込 ←事前申込制です 直接会場へ ↑当日、直接会場へ お越しください		「夏休み★こどもラジオ体操」 は小学生以下のお子さんへ ラジオ体操カードを配布！ 時間内にお越しください😊 沢山参加したら参加賞も！
				①健康寿命で自分らしく！介護予防講座 ②ふれあいジュニア大学 ③知って安心講座 ④介護予防啓発事業 ①②③詳細は広報どうか7/5号掲載 ④は谷塚西部地域包括支援センターへ TEL929-0014		