## ふれあいの里 今和4年 **12月** 予定

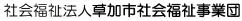












草加市高年者福祉センターふれあいの里

住所:草加市新里町106-6 電話:048-920-6222

| TAU 十 十   <b>                               </b>  |   |   |  |  |  |  |
|---|---|---|--|--|--|--|
| $\Box$  | 月   | 火   | 水  | 木  | 金  | 土  |
| ※「 <b>ラジオ体操」・「</b><br>「みんなで楽しく頭<br>は <b>自由参加</b> です                                     | の体操」  | 「いやしの足湯」は<br>16(金)~22(木)まで<br>実施します!                |  | 1<br>・ラジオ体操<br>8:45~8:50                                   | 2<br>・ラジオ体操<br>8:45~8:50<br>・みんなでズンバ♪①<br>13:30~14:15          | 3<br>・ラジオ体操<br>8:45~8:50<br>・みんなで楽しく頭の体操<br>10:15~11:00          |
| <b>4</b><br>・ラジオ体操<br>8:45~8:50   | <b>5</b><br>・ラジオ体操<br>8:45~8:50                         | 6<br>・ラジオ体操<br>8:45~8:50                            | <b>7</b><br>・ラジオ体操<br>8:45~8:50  | 8 ・ラジオ体操 8:45~8:50 ・シニア大学まなびあい⑦ (在宅生活を支えるサービス) 13:30~15:00 | 9<br>・ラジオ体操<br>8:45~8:50<br>・みんなでズンバ♪②<br>13:30~14:15          | <b>10</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            |
| 11<br>・ラジオ体操<br>8:45~8:50<br>「健康相談」は当日<br>時間内にお越しください                                   | 12<br>・ラジオ体操<br>8:45~8:50<br>・嘱託医による健康相談<br>13:30~14:30 | 13<br>・ラジオ体操<br>8:45~8:50                           | 14<br>・ラジオ体操<br>8:45~8:50  | 15 ・ラジオ体操<br>8:45~8:50 ・にこにこサロン楽楽<br>13:30~14:30           | 16 ・ラジオ体操 8:45~8:50 ・みんなでズンバ♪③ 13:30~14:15 ・いやしの足湯 10:00~13:40 | 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 ・いやしの足湯 10:00~13:40 |
| 18<br>8:45~8:50<br>・ジュニア手作り教室<br>①10:15~12:00<br>②13:30~15:15<br>・いやしの足湯<br>10:00~13:40 | 19 ・ラジオ体操 8:45~8:50 ・いやしの足湯 10:00~13:40                 | 20<br>・ラジオ体操<br>8:45~8:50<br>・いやしの足湯<br>10:00~13:40 | 21 ・ラジオ体操 8:45~8:50 ・いやしの足湯 10:00~13:40 ・介護予防啓発事業 合塚西部地域包括支援センター 14:00~15:30 | 22<br>・ラジオ体操<br>8:45~8:50<br>・いやしの足湯<br>10:00~13:40        | 23<br>・ラジオ体操<br>8:45~8:50<br>・みんなでズンバ♪④<br>13:30~14:15         | <b>24</b><br>・ラジオ体操<br>8:45~8:50                                 |
| 25<br>・ラジオ体操<br>8:45~8:50<br>「健康相談」は当日<br>時間内にみ越しください                                   | 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<br>・ラジオ体操<br>8:45~8:50                           | 28<br>・ラジオ体操<br>8:45~8:50  | 29   | 30   | 31   |