



庄内地区福祉ひろば行事予定カレンダー

暑い日が続きます・・・バランスのとれた食事と休養を心掛けましょう！

月	火	水	木	金
4 10:00～11:00 やんちゃくらぶ  13:30～ いきいき健康ひろば	5 9:30～10:30 高齢者体操 (スウェーデンに学ぶ) 13:30～15:30 茶道(松籟の会)	6 13:30～16:00 歌声ひろば 	7 9:30～11:30 プラザ 13:30～15:30 ゆう花の会 	1 9:30～11:30 昭和趣味の会  13:30～15:30 書道(毛筆を楽しもう)
11 山の日 お休み 	12 9:30～10:30 高齢者体操 (スウェーデンに学ぶ) 13:30～15:30 茶道(松籟の会)	13 10:00～11:30 ★ストレッチ体操 	14	8 9:30～10:30 童謡唱歌の会  13:30～15:30 ★さわやか健康クラブ
18 10:00～11:00 やんちゃくらぶ  看護師のお話	19 9:30～10:30 高齢者体操 (スウェーデンに学ぶ) 13:30～15:30 茶道(松籟の会)	20 フレイル予防講話 13:30～15:00 ★ひろばの集い	21 13:30～15:30 ゆう花の会 	22 9:30～10:30 童謡唱歌の会 
25 9:30～11:30 ★ふれあい健康教室 納涼お楽しみお話し会	26 9:30～10:30 高齢者体操 (スウェーデンに学ぶ) 13:30～15:00 ★らくらく立ち座り体操	27 卓球 9:30～11:30 10:00～12:00 ★モルック体験会 13:30～16:00 歌声ひろば 	28 9:30～10:30 ★エルダーやるだー♥ 	29 卓球 9:30～11:30 9:00～11:00 歩こう会  14:00～ いきいき健康ひろば

9月の行事予定

1 卓球 9:30～11:30 10:00～11:00 やんちゃくらぶ	2 9:30～10:30 高齢者体操 13:30～15:30 茶道(松籟の会)	3 卓球 9:30～11:30 13:30～16:00 歌声ひろば	4 13:30～15:30 ゆう花の会	5 卓球 9:30～11:30 9:30～11:30 昭和趣味の会 13:30～15:30 書道(毛筆を楽しもう)
---	--	---	-------------------------------	--

掲載されている事業
サークルについて
不明な点はひろばへ
お問合せください。
☎ 27-8373



<お知らせ>
卓球サークルは
8月25日(月曜日)
までお休みです。



★脳トレ★

難読漢字です！
な～んて読むで
しょう？

心太

<ヒント>
さっぱりした食べ物
です！
素醤油で食べます
か？



<答えは表面>