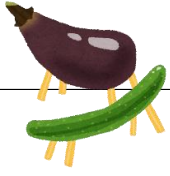




庄内地区福祉ひろば行事予定カレンダー

しっかり水分補給！ たっぷり栄養！ ぐっすり睡眠！ 暑さに負けない身体づくりを♪

月	火	水	木	金
3 <u>卓球 お休み</u> 10:00～11:00 やんちゃくらぶ  プラザの先生による お楽しみ会	4 9:30～10:30 高齢者体操 13:30～15:30  茶道(松籟の会)	5 <u>卓球 お休み</u> 13:30～16:00  歌声ひろば	6 8:30～12:00 プラザ利用 13:30～15:00  ゆう花の会	7 <u>卓球 お休み</u> 9:30～11:30 昭和趣味の会 13:30～15:30 書道(毛筆を楽しもう)
10 <u>卓球 お休み</u> 13:30～15:30 いきいき健康ひろば	11 <u>山の日 お休み</u> 	12 <u>卓球 お休み</u> 10:00～11:30 ★ストレッチ体操	13 	14 <u>卓球 お休み</u> 9:30～10:30 童謡唱歌の会 13:30～15:30 ★さわやかニュースポーツ
17 <u>卓球 お休み</u> 10:00～11:00 やんちゃくらぶ  親子体操	18 9:30～10:30 高齢者体操 13:30～15:30 茶道(松籟の会)	19 <u>卓球 お休み</u>  フレイル予防講座 お口とお薬の講座 13:30～15:00 ★ひろばの集い	20 13:30～15:00 ゆう花の会 	21 <u>卓球 お休み</u> 9:30～11:30 昭和趣味の会 13:30～15:30 書道(毛筆を楽しもう)
24 <u>卓球 お休み</u> 9:30～11:30 ★ふれあい健康教室  ラフターヨガ (笑いのヨガ)	25 9:30～10:30 高齢者体操  13:30～15:00 ★らくらく立ち座り体操	26 <u>卓球 9:30～11:30</u> 9:00～11:00  歩こう会 13:30～16:00  歌声ひろば	27 9:30～10:30 ★エルダーやるだー！ 	28 <u>卓球 9:30～11:30</u> 9:30～10:30 童謡唱歌の会 
31 <u>卓球 9:30～11:30</u> 9:30～ ★スクリーンタイム 	9/1 9:30～10:30 高齢者体操 13:30～15:30 茶道(松籟の会)	9/2 <u>卓球 9:30～11:30</u> 13:30～16:00 歌声ひろば	9/3 13:30～15:00 ゆう花の会	9/4 <u>卓球 9:30～11:30</u> 9:30～11:30 昭和趣味の会 13:30～15:30 書道(毛筆を楽しもう)

福祉ひろばは、
クーリング
シェルターです
(指定暑熱避難施設)

危険な暑さから
避難できる場所として、
熱中症特別警戒
アラート発表時に
一般開放されます



★印 今月は7回
福祉ひろばの主催事業。
事前の申込がなくても、
ご参加いただけます。

無印 さまざまな
11サークルが活動中
です。ご入会大歓迎、
まずは見学から♪

掲載されている事業・
サークル等について、
お問い合わせは
福祉ひろばまで！
☎ (0263)
27-8373 