





令和6年6月のお知らせ

行事予定			お知らせ			お休みのお知らせ			
3日(月)~7日(金)	トライやるウィーク	15日(土)	ドッグセラピー	 <p>トライやるウィーク 6/3(月)~7(金) 平岡中学校より2年生の生徒2名を受け入れ予定です！期間中はいろいろなお仕事にチャレンジしていただく予定です。学校では出来ない様々な体験・経験を積んで欲しいと思います。 みなさまのご協力をよろしくお願いいたします。</p> 			◆床運動 26日(水)		
3日(月)	スマホ教室	16日(日)	DVD上映会 映画『十二人の怒れる男』						
5日(水)	特殊詐欺防犯講座	17日(月)	絵手紙教室						
6日(木)	エコ粘土教室	24日(月)	歌おう会						
7日(金)	意見交換会	26日(水)	収支報告会						
9日(日)	館内スタンプラリー								
10日(月)	絵手紙教室								

カレンダー						
◆サークルの予定		◆同好会の予定		◆運営企画の予定		
日	月	火	水	木	金	土
<p>床運動のご案内 (火曜・金曜14:15~14:45 多目的ホール)</p> <p>毎週水曜日と金曜日の2回、お隣のエルポートよりインストラクターをお招きし、床運動を実施しております。 水曜日は、ラテンやズンバのリズムに合わせて体操をしたり、金曜日はフラ(ダンス)のステップにフィットネスの要素を加えた『フィットフラ』をご体験いただけます。自由参加(無料)ですので、お気軽にご参加下さい！</p>						
2	3	4	5	6	7	8
	◆中庭散策 ◆いきいき百歳体操 ◆囲碁 13:30~16:30 スマホ教室(多目的ホール) 14:00~15:00 ■健康相談	◆座って体操 ◆水中歩行 10:15~10:45 ◆卓球 13:30~16:00 ふれあいマルシェ14:00~ 	◆中庭散策 ◆描こう会 10:00~12:00 ◆床運動 14:15~14:45 特殊詐欺防犯講座(多目的) 10:30~ まほろばパン 9:45~ 	◆いきいき百歳体操 ◆絵画 10:00~12:00 ◆卓球 13:30~16:00 エコ粘土教室(アトリエ) 14:00~15:00	◆中庭散策 意見交換会(多目的ホール) 10:30~ ◆床運動 14:15~14:45 ■健康相談 公社職員来館日	◆卓球 13:30~16:00
9	10	11	12	13	14	15
館内スタンプラリー 14:00~16:00	◆中庭散策 ◆いきいき百歳体操 絵手紙教室(アトリエ) 14:15~16:15 ■健康相談	◆座って体操 ◆水中歩行 10:15~10:45 ◆卓球 13:30~16:00 ◆カリンバ 14:00~15:00 とくし丸14:00~ 	◆中庭散策 ◆描こう会 10:00~12:00 ◆床運動 14:15~14:45 まほろばパン 9:45~ 	◆いきいき百歳体操 ◆絵画 10:00~12:00 ◆卓球 13:30~16:00 ◆カラオケ 13:00~15:00	◆中庭散策 ◆写経 10:00~12:00 ◆床運動 14:15~14:45 ■健康相談	◆編み物 10:00~12:00 ◆卓球 13:30~16:00 ドッグセラピー(多目的ホール) 10:30~11:00
16	17	18	19	20	21	22
DVD上映会(多目的ホール) 映画『十二人の怒れる男』 13:30~15:10 	◆中庭散策 ◆いきいき百歳体操 ◆囲碁 13:30~16:30 絵手紙教室(アトリエ) 14:15~16:15 ■健康相談 公社職員来館日	◆座って体操 ◆水中歩行 10:15~10:45 ◆卓球 13:30~16:00 ふれあいマルシェ14:00~ 	◆中庭散策 ◆描こう会 10:00~12:00 ◆床運動 14:15~14:45 まほろばパン 9:45~ 	◆いきいき百歳体操 ◆絵画 10:00~12:00 ◆卓球 13:30~16:00	◆中庭散策 ◆床運動 14:15~14:45 ■健康相談	◆卓球 13:30~16:00
23/30	24	25	26	27	28	29
	◆中庭散策 ◆いきいき百歳体操 ◆歌おう会 14:00~14:40 ■健康相談	◆座って体操 ◆水中歩行 10:15~10:45 ◆卓球 13:30~16:00 とくし丸14:00~ 	◆中庭散策 ◆描こう会 10:00~12:00 収支報告会(多目的ホール) 14:00~ まほろばパン 9:45~ 	◆いきいき百歳体操 ◆卓球 13:30~16:00 ◆カラオケ 13:00~15:00 理美容サービス	◆中庭散策 ◆写経 10:00~12:00 ◆床運動 14:15~14:45 ■健康相談	◆卓球 13:30~16:00

各種ご案内					
◆中庭散策 毎週月・水・金曜 9:30~ 中庭(ロビー集合) 	◆座って体操 毎週火曜 10:00~10:20 多目的ホール 	◆いきいき百歳体操 毎週月・木曜 10:00~10:30 多目的ホール 	移動販売・訪問サービス ふれあいマルシェ (火曜日) 4日 18日 14:00~ とくし丸 (火曜日) 11日 25日 14:00~ まほろばパン (水曜日) 5日 12日 19日 26日 9:45~ 理美容サービス 18日(火) 27日(木)	■健康相談 毎週月・水・金曜 14:00~15:00 健康相談室 月曜日 若藤先生 水曜日 玉田先生 金曜日 森先生	今月の日本列島銘菓めぐり 鳥取県 はちかく  鳳梨パイナップルケーキ 煎茶付 330円 (限定 30個)

※各種予定につきましては、変更されることもございますので、ご承知くださいますようお願いいたします。