

2019年度

ともだちサロン

開催日		時間	場所	活動内容	持ち物	参加費
4月	19日(金)	10:00~15:00	四季健康館 栄養指導室 風土記の丘	★手作りお弁当を作って お花見にいこう	・三角巾 ・エプロン ・上履き	200円
5月	★16日(木)	13:45~15:30	四季健康館 NLT-カルチャールーム	★チラシ作り		50円
6月	6日(木)	10:00~13:00	四季健康館 栄養指導室	★調理実習 ※お買いものから行きます (希望者のみ)		200円
	27日(木)	13:45~15:30	玉里保健福祉 センター 視聴覚室	★ヨガでリフレッシュ	タオル	100円
7月	★8日(月)	13:45~15:30	四季健康館 大広間	★カラオケ大会		200円
8月	8日(木)	13:45~15:30	四季健康館 NLT-カルチャールーム	★福祉体験		50円
	22日(木)	10:00~13:00	四季健康館 栄養指導室	★調理実習 ※お買いものから行きます (希望者のみ)	・三角巾 ・エプロン ・上履き	200円
9月	未定	10:00~15:30	小美玉市近隣	石岡方面(体験)		1500円
10月	10日(木)	10:00~13:00	四季健康館 栄養指導室	★調理実習 ※お買いものから行きます (希望者のみ)	・三角巾 ・エプロン ・上履き	200円
	24日(木)	13:45~15:30	四季健康館 NLT-カルチャールーム	★運動会 (卓球/バレー、輪投げなど)		50円
11月	★8日(金)	13:45~15:30	四季健康館 NLT-カルチャールーム	★ヨガでリフレッシュ	タオル	100円
12月	6日(金)	13:45~15:30	小川保健相談 センター 研修室	★防犯について (被害にあわないための講話)		50円
	未定	11:00~14:00	未定	★クリスマス会		1000円
1月	★14日(火)	10:00~15:00	石岡市近隣	★初詣に行こう♪ (石岡方面予定)		1000円
2月	13日(木)	10:00~13:00	四季健康館 栄養指導室	★調理実習 ※お買いものから行きます (希望者のみ)	・三角巾 ・エプロン ・上履き	200円
	★27日(木)	13:45~15:30	四季健康館 NLT-カルチャールーム	★来年の予定を決めよう!!		50円
3月	未定	10:00~15:00	小美玉市近隣	★施設見学		1000円

※天候や事業などの都合で予定が変更になる事もあります

※★がついている日には、9:30~四季健康館で相談(フリースペース)が出来る日にちになります

※3日前までに欠のご連絡をお願いします

【連絡先】小美玉市社会福祉協議会 美野里支所

☎ 36-7330 (担当 長島)

