

小美玉社協

はれ晴れサロン

いきいきと健康でいたい



おしゃべりを
楽しみたい!

≪ 気分を変えてサロンへ出かけてみませんか! ≫

- 対象** 小美玉市内にお住まいの自立した外出可能な概ね75歳以上で介護認定を受けていない方
- 日時** 水・木・金 各日午前10時～午後3時（送迎時間は含まない）
- 利用料** 2,000円/1日 **定員** 13名/1日 **昼食** 弁当「ランチ&カフェ木もれ陽」
- 送迎** 自家用車、家族送迎、公共機関バス利用、四季健幸館の風呂送迎車を利用(無料)
移動手段のない方は、送迎をご利用できます。
- 会場** 四季健幸館ダイルーム 他 小美玉市部室1106番地
- 申込** 「小美玉社協 はれ晴れサロン利用申込書」をご提出ください。
ご利用希望日や送迎等につきましては、お申込み後に改めてご連絡をいたします。
ご不明な点がございましたら、お問い合わせ先へお気軽にお電話ください。

令和8年

7月 申込期限 6/23(火)

1水 2木 3金 ●物づくり ●スカットボール ●ズンバ 他	8水 9木 10金 ●かんたんBCチェア 他 ●音楽レクリエーション	15水 16木 17金 ●スクエアステップ ●バルーンアート 他	22水 23木 24金 ●頭の体操 ●木もれ陽ランチ ●ミニ外出・買物支援	29水 30木 31金 ●シルバーリハビリ体操 ●終活セミナー 他
---	--	--	--	---

8月 申込期限 7/21(火)

5水 6木 7金 ●マジック鑑賞 ●シャッフルボード 他	19水 20木 21金 ●スクエアステップ ●ソリティア(脳トレ)	26水 27木 28金 ●シルバーリハビリ体操 ●木もれ陽ランチ ●ミニ外出・買物支援	★活動内容は予告なしに変更となる場合があります。 ★10月・11月・12月の予定表は9月1日発行です。	
------------------------------------	---	--	--	--

9月 申込期限 8/25(火)

2水 3木 4金 ●保健師による健康教室(骨密度測定) ●テーブルゲーム 他	9水 10木 11金 ●かんたんBCチェア ●頭の体操 他	16水 17木 18金 ●卓球バレー ●木もれ陽ランチ ●ミニ外出・買物支援	24水 25木 ●輪投げ ●お楽しみ上映 他	30水 ●口腔体操 他 ●食材等の買物支援
--	-------------------------------------	---	------------------------------	-----------------------------

お問い合わせ先

社会福祉法人 小美玉市社会福祉協議会 美野里支所 電話 0299-36-7330