

令和8年度 年間予定表

ともだちサロン

開催日		時間	活動場所	活動内容
4月	4 (土)	9:00~12:00	四季健康館	さくらフェスティバル
5月	12 (火)	10:00~13:00	四季健康館 栄養指導室	調理実習
	30 (土)	9:00~12:00	四季健康館	スポごみ体験
6月	27 (土)	9:00~14:00	ダチョウ王国 (石岡市)	見学 ブルーベリー狩り
7月	14 (火)	13:30~15:30	四季健康館 (介護者教育室)	工作
	25 (土)	9:00~12:00	四季健康館 (ヘルカル)	ニュースポーツ体験
8月	27 (木)	10:00~14:00	四季健康館 (ヘルカル)	夏祭り
9月	8 (火)	13:30~15:30	四季健康館 (介護者教育室)	脳トレ
	26 (土)	10:00~13:00	四季健康館 栄養指導室	調理実習 (食生活改善推進員)
10月	24 (土)	9:00~14:00	フラワーパーク (石岡市)	見学
11月	17 (火)	9:00~16:00	市外研修	福祉施設見学
	28 (土)	9:00~12:00	四季健康館 (ヘルカル)	太極拳
12月	19 (土)	9:00~12:00	四季健康館 栄養指導室	調理実習 (クリスマスお菓子)
1月	19 (火)	9:00~15:30	出雲大社 (笠間市)	初詣
	30 (土)	9:00~12:00	四季健康館 (ヘルカル)	ミュージックケア
2月	9 (火)	13:30~15:30	四季健康館 (ヘルカル)	健康教室
3月	9 (火)	13:30~15:30	玉里保健福祉センター	卓球
	27 (土)	9:00~12:00	四季健康館 (介護者教育室)	来年度計画