

2021年



あったかふれあいセンター 老人福祉センター拠点活動予定表

お問い合わせ・連絡先

①あったかふれあいセンター携帯

☎070-4039-1322

②津野町社会福祉協議会（西支所）

☎62-2224

月	火	水	木	金
	1 自由に過ごす日	2 午前：レクリエーション 午後：セラバンド体操 《新田くつろぎ家》	3 運動器具を使って 体を動かそう 10:00～12:00 《サテライト いらずのさと》	4 自由に過ごす日
7 自由に過ごす日 《サテライト いちょうの郷》	8 運動器具を使って 体を動かそう 10:00～12:00	9 午前：レクリエーション 午後：セラバンド体操 《新田くつろぎ家》	10 コーヒーサロン ※コーヒーやお茶を飲みながらお話しする日 《サテライト いらずのさと》	11 レクリエーションの日 卓球台や輪投げ等 あります! 
14 コーヒーサロン ※コーヒーやお茶を飲みながらお話しする日 《サテライト いちょうの郷》	15 運動器具を使って 体を動かそう 10:00～12:00	16 午前：レクリエーション 午後：セラバンド体操 《新田くつろぎ家》	17 自由に過ごす日 《サテライト いらずのさと》	18 自由に過ごす日
21 自由に過ごす日 《サテライト いちょうの郷》	22 自由に過ごす日	23 午前：レクリエーション 午後：セラバンド体操 《新田くつろぎ家》	24 運動器具を使って 体を動かそう 10:00～12:00 《サテライト いらずのさと》	25 コーヒーサロン ※コーヒーやお茶を飲みながらお話しする日 
28 レクリエーションの日 卓球台や輪投げ等 あります! 《サテライト いちょうの郷》	29 コーヒーサロン ※コーヒーやお茶を飲みながらお話しする日 	30 午前：レクリエーション 午後：セラバンド体操 《新田くつろぎ家》	卓球台もありますので、仲間や友達と一緒に来てください。 (卓球台は部屋が空いている時はいつでも使えます) 脳トレプリントや折り紙も用意しています。	

6月3日、8日、15日、24日 午前10:00～12:00まで 地域包括支援センター
理学療法士の岡崎さんが 運動器具の使い方を教えに来てくれます！ 上履き
と水分補給の飲み物を持ってきてくださいね！

月～金曜日 9:00～16:00 ※土日祝日は休みです
出入り自由で上記以外にも好きな事をして過ごしていただけます。
だれでも利用できますので、気軽にお立ち寄りください