



10月 予定表 (みずの塔ふれあいの家事業・地域包括ケア推進課事業・自主グループ活動)



※利用場所（表記）：（地）地下ホール （い）2階いこいの間 （ホ）1階ホール

★卓球タイム・みんなで体操：みずの塔ふれあいの家の事業

★三療サービス：地域包括ケア推進課事業

★はつらつ健康体操：健康体操事業

★自主グループに興味のある方は、ふれあいの家にご連絡ください。

自主グループの方をご紹介します。

★日曜日・月曜日・祝日は1階 交流コーナーのみ使えます。



1 (木)	2 (金)	3 (土)
10-11:15 健康体操元気①(地)		10-12 童謡 (地)
1:30-3:30 卓球タイム (地)		1:30-3:30 カラオケ純烈(地)
8 (木)	9 (金)	1 0 (土)
10-11:15 健康体操元気②(地)	10-12ふれあいまつり準備①(地)	
1:30-3:30 卓球タイム (地)	4-5交流事業・ ボッチャ(ホ)	1:30-3:30 カラオケ純烈(地)
1 5 (木)	1 6 (金)	1 7 (土)
10-11:15 健康体操元気①(地)	9:45-12:05 三療サービス(い)	10-12 童謡 (地)
	10-12 ふれフラ (地)	
1:30-3:30 卓球タイム (地)	1:05-4:10 三療サービス(い)	1:30-3:30カラオケ純烈(地)
2 2 (木)	2 3 (金)	2 4 (土)
10-11:15 健康体操元気②(地)	10-12ふれあいまつり準備②(地)	
1:30-3:30 卓球タイム (地)		1:30-3:30 カラオケ純烈(地)
2 9 (木)	3 0 (金)	3 1 (土)
1:30-3:30 卓球タイム (地)		