



いきいき きらきら

(かんなづき)



- ◆老人福祉センターの教室申込受付は、ご本人のみとさせていただきます。
- ◆月曜日は休館日です。申し込み・問い合わせは火～日曜日をお願いします。

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|---|--|---|---|----------------------------------|--|-------------------------------|
| 1★ | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 休館日 | | 男のストレッチ (10時～11時) | | うたごえ体操 (10時～11時) ※センター一斉掃除 | お気楽クラブ (9時30分～10時15分) | しの笛の音色 を楽しもう! (10時～11時) |
| 8★ | 9★ | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 休館日 体育の日 | 休振 館替 日 | 男のストレッチ (10時～11時) | うたを楽しもう (10時～11時) | うたごえ体操 (10時～11時) | | |
| 15★ | 16 | 17 | 18 | 19★ | 20★ | 21★ |
| 休館日 | ぽかぽか体操 (10時～11時15分) | 休ス男 みトの レ ッ チ | むつみ会 (10時～12時30分) ※ひとり暮らしの方対象 よいあい広場 | 休う 操た 休ご みえ | 福祉まつり 準備のため 休館日 | 福祉まつり |
| <p>注 囲碁将棋クラブ・機能回復訓練室は、10月19日～21日の利用を休止します。</p> | | | | | | |
| 22★ | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 休館日 | じんわり ストレッチ (10時～11時15分) 男の手料理同好会 火コース (10時～13時) | 男のストレッチ (10時～11時) 男の手料理同好会 水コース (10時～13時) | ここからケア (10時～11時) | うたごえ体操 (10時～11時) | 脳もいきいき (10時～11時) 申込必要 前日締切 当日 資料代100円 | 筆記用具と 色鉛筆を ご持参く ださい。 |
| 29★ | 30 | 31 | <p style="text-align: center;">◎センター一斉清掃のお知らせ◎</p> <p>日時:10月5日(金)13時30分～1時間程度 利用されているみなさんで、福祉センター内の敷地をきれいに したいと思います。ご理解とご協力をお願いします。 持参物:カマなどの掃除道具、水分補給の飲み物・汗ふきタオル</p> | | | |
| 休館日 | 膏のレッスン (10時～11時15分) 絵手紙同好会 (10時～12時) | 休ス男 みトの レ ッ チ | | | | |

10月☆囲碁将棋クラブのお休み☆

(場所:2階教養娯楽室 時間:13時～17時)



1日(月)・8日(月)・9日(火)
15日(月)・19日(金)・20日(土)
21日(日)・22日(月)・29日(月)



お問い合わせ・申し込み
尾道市老人福祉センター

事務局:尾道市社会福祉協議会
電話:0848(22)8385
(迫田・京楽)