

様



しらさぎ会館  
地域活動支援センター

電話：083-922-3666

FAX：083-922-3669

# 5月の講座予定表

|    | 日  | 月     | 火        | 水                               | 木                  | 金                        | 土  |
|----|----|-------|----------|---------------------------------|--------------------|--------------------------|----|
| 日付 |    |       |          |                                 | 1                  | 2                        | 3  |
| 午前 |    |       |          |                                 | ウォーキング             | ウォーキング                   | 休  |
| 午後 |    |       |          |                                 |                    |                          |    |
| 日付 | 4  | 5     | 6        | 7                               | 8                  | 9                        | 10 |
| 午前 |    | 子どもの日 | 振替休日     | 卓球バレー                           | 点字                 | 健康体操                     | 休  |
| 午後 |    |       |          | 脳トレ                             |                    | 美化活動                     |    |
| 日付 | 11 | 12    | 13       | 14                              | 15                 | 16                       | 17 |
| 午前 | 休  | 音楽レク  | ひも体操     | 百歳体操                            | ヨガ                 | 朗読<br>(みずの会)             | 休  |
| 午後 |    | パソコン  | オセロ・トランプ | ものづくり<br>(6月の飾り)<br>材料費300円     |                    | 脳トレ                      |    |
| 日付 | 18 | 19    | 20       | 21                              | 22                 | 23                       | 24 |
| 午前 | 休  | 卓球バレー | 太極ストレッチ  | 書道                              | 点字                 | 誕生日会<br>(茶話会)<br>参加費300円 | 休  |
| 午後 |    | スマホ   |          | 難聴者サロン<br>(カスタネット体操)<br>参加費300円 | 盲サロン<br>(和楽器コンサート) |                          |    |
| 日付 | 25 | 26    | 27       | 28                              | 29                 | 30                       | 31 |
| 午前 | 休  | ボウリング | ひも体操     | 百歳体操                            | ヨガ<br>(避難訓練)       | 休                        |    |
| 午後 |    | パソコン  | 縫い物      | デフサロン<br>(交流会)<br>参加費300円       |                    |                          |    |

- ★21日の難聴者サロンは楽しいリズム体操を行います。動きやすい服装でおいでください。
- ★22日の盲サロンは重藤響山先生をお招きして和楽器コンサートを開催します。
- ★28日のデフサロンでは、新しい職員も参加して交流会を行います。
- ★参加の有無に関わらず、全員前月20日までにお返事をお願いいたします。