

じゅらく生きがい活動センター 6月の活動予定表

今年もまた梅雨の季節がやってきました。
この時期に咲く花といえば、あじさい。ぼんぼりのような形がかわいらしいですね。かなりの種類があると言われていますが、今年はどんなあじさいが見られるか楽しみです。

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
午前	スマイルクラブ 折り紙【鶴】	レッツ！ ミカンまる体操 ラジオ体操	ゲーム 【eスポーツ】	通所サービス	スマイルクラブ かたつむり	午前
午後	機能アップ教室	賭けない・飲まない・吸わない 健康麻雀を楽しもう！	機能アップ教室	音楽レク 懐メロクイズ	レッツ！ ミカンまる体操 ラジオ体操	午後
8	9	10	11	12	13	14
午前	スマイルクラブ かたつむり	レッツ！ ミカンまる体操 ラジオ体操	脳みそピチピチ 若返りトレーニング	通所サービス	スマイルクラブ 花瓶の色付け	午前
午後	機能アップ教室	ゲーム 【eスポーツ】	機能アップ教室	作品づくり 花瓶の色付け	レッツ！ ミカンまる体操 ラジオ体操	午後
15	16	17	18	19	20	21
午前	スマイルクラブ PPバンドのかこ	レッツ！ ミカンまる体操 ラジオ体操	ほかりん☆サロン みんなでカレーを 食べよう！	通所サービス	スマイルクラブ PPバンドのかこ	午前
午後	機能アップ教室	賭けない・飲まない・吸わない 健康麻雀を楽しもう！	機能アップ教室	楽しいゲーム	レッツ！ ミカンまる体操 ラジオ体操	午後
22	23	24	25	26	27	28
午前	スマイルクラブ PPバンドのかこ	レッツ！ ミカンまる体操 ラジオ体操	家族介護教室 介護もい〜よカフェ	通所サービス	スマイルクラブ PPバンドのかこ	午前
午後	機能アップ教室 公原先生の体操	カーレット	機能アップ教室 公原先生の体操	お買い物へ行こう	レッツ！ ミカンまる体操 ラジオ体操	午後
29	30					
午前	スマイルクラブ 花瓶の色付け					午前
午後	機能アップ教室					午後

※都合により、内容を変更する場合があります。ご了承ください。

裏面もご覧ください。

○ 活動時間 他

活動時間は、午前は 10：00 ～ 11：30、午後は 13：30 ～ 15：00 です。

※活動内容によって異なります。「健康麻雀を楽しもう！」は、13時30分から15時30分までです。

「集いの場」の利用時間は、9：00～16：30までです。

※ ただし、12時から13時までは利用できません。

「大集会室」・「教養娯楽室」の利用は、事前予約が必要です。

転倒防止の為、スリッパもしくは上履きをご持参ください。よろしくお願い致します。



お問い合わせ

じゅらく生きがい活動センター ☎ 983-6511

伊予市下吾川1447番地1





活動内容のご案内

レッツ！ ミカンまる体操・ラジオ体操 みんなで無理なく、楽しく体を動かしましょう。ストレッチや筋トレもあります！  定員は10名程度、 参加費は無料です。 申込不要、ぜひご参加ください。	賭けない・飲まない・吸わない 健康麻雀を楽しもう！ 「賭けない」「飲まない」「吸わない」をルールとした麻雀です。 ドキドキ感を感じましょう！  定員は10名程度、 参加費は無料です。 申込不要、ぜひご参加ください。	脳みそピチピチ 若返りトレーニング 楽しく遊びながら脳を動かして若返らせましょう！難しいことは一切しません！気軽に参加して下さい。みんなでボケを吹き飛ばしましょう♪  定員は10名程度、 参加費は無料です。 申込不要、ぜひご参加ください。
ぽかりん☆サロン みんなでカレーを食べよう！ ぽかりん☆サロンは ～誰もがゆっくり過ごせるように～ という気持ちで ボランティアさんが カレーを提供します。  今回は、 カレー (サラダ付) 300円 数量限定です。 ぜひお越しください。	ゲーム 【eスポーツ】 「eスポーツ」とは、家庭用ゲーム機やモバイルゲームなど電子機器を使って行うスポーツです。 認知症予防などにも効果が！お気軽にご参加ください。  参加費は無料です。	通所サービス 送迎付のサービスで、レクリエーションや体調チェック・食事等を提供します。 10時から15時までで、利用料は1回1,480円（昼食込）です。 申し込みが必要です。
家族介護教室 介護もい～よカフェ 介護されている方、介護に関心のある方、一緒にお話しましょう！  参加費は100円、 申し込みが必要です。 主催：地域包括支援センター	スマイルクラブ 認知症にならないよう、頭や、指先を使って、みんなで楽しく活動します。  定員は10名程度、 参加費は 300円 です。 材料準備のため、申し込みが必要です。	カーレット カーレットとは、机の上でできるカーリングのようなもの(^^)みんなで楽しく遊びましょう。お気軽にご参加ください！  定員は10名程度、 参加費は無料です。 申込不要、ぜひご参加ください。
機能アップ教室 看護師と一緒に身体の機能アップを目指します。  定員は10名程度 参加費は1回 300円 です。 定員となりました。 申込ありがとうございました。		お問い合わせ じゅらく 生きがい活動センター ☎ 983-6511 伊予市下吾川1447番地1

駐車場には限りがありますので、できるだけ乗り合わせや、伊予市コミュニティバスでの来館をお願いいたします。

