

介護予防センターもみじ台 6月の活動案内

集会活動



「イキイキすずらん体操会」毎月平日第2金曜日 13:30-15:30

会場：もみじ台管理センター2階大ホール 6月は6/9開催

※体操会の後、15:00~15:30にて「イキイキすずらん交流会」を行います。

久しぶりの開催になりますので、参加者のみなさま同士、おしゃべり

しませんか？福祉の専門職へお困りごとを相談することもできます！

◎「みなみ会体操会」毎月平日第2・4火曜日の13:30~14:30

会場：もみじ台管理センター *6月は中止となります。

◎「ことぶきフレイル予防会」毎月平日第3月曜日の10:00~11:00

会場：北第一集会所 *6月は6/19開催（体力測定を行います。上靴をお持ちください。）

◎「すこやか倶楽部」毎月平日第1火曜日の13:30-14:30

会場：北第二集会所 *6月は6/6開催（定員に達したため受付終了致しました。）

◎「ふれあいの丘ゆるゆる体操会」毎月平日金曜日の10:00-11:00

会場：もみじ台ふれあい児童会館 6月は6/2・9・16・23・30開催

※体育館にて行いますので、上靴をお持ちください。

※第2金曜日（9日）は「太極拳」を実施します！

◎「花の会」毎月第2・第4水曜日の14:00-15:30

会場：アルファスクエア集会所 *6月は6/14・28開催（予定）

◎「健康ステーション体操会」毎月平日火曜日 10:00-10:45

会場：ホクノースーパー2階健康ステーション*6月は6/6・13・20・27開催

◎「介護予防番組イワンケノ」毎月平日水曜日 10:00-10:45

会場：ホクノースーパー2階健康ステーション*6月は6/7・14・21・28開催

【再開します！】
講師の先生が変更になりました。
新講師：川原先生
が担当してくれます！

動画・実演で実施！

通信添削・集会活動併用

◎「川柳教室」三浦先生・小沢先生担当、毎月平日第3水曜日 13:30-15:00

会場：もみじ台管理センター・郵送・ファックス・メールによる参加も可。*6月は6/21開催

オンラインのみ

◎「オンライン教室」毎月平日木曜日 13:30-13:50

会場：ご自宅 *6月は6/1・8・15・22・29開催

※月末最終週6/29は、イベント「タオル体操」開催！

注意：集会在中止になる場合があります。参加前に、開催状況をお問い合わせください。

お問い合わせ・お申込み

厚別区介護予防センターもみじ台（松江・野知）

電話 011-898-8660

メール yobou@d-grunen.com

