

地区サロンのお知らせ

裾野市では、介護予防を目的としたサロンを各
地域で実施しています。楽しく介護予防ができ
るよう企画してありますので、是非ご参加くだ
さい！

深良地区サロン	5/12 (金) スカットボール競技	4/6 (木) 脳トレ・簡単な体操 (社会福祉協議会)
地区サロン	6/2 (金) 歌声喫茶 (合唱)	5/11 (木) ウォーキング
コスモス会	7/7 (金) 生活総合機能改善機器を活用したレク、体操 (社協)	6/1 (木) 輪投げ
	8/4 (金) 介護予防体操 (健康運動指導士)	7/6 (木) 歌声喫茶 (合唱)
	9/1 (金) 介護予防体操 (健康運動指導士)	8/3 (木) 茶話会
	10/6 (金) ウォーキング	9/7 (木) 介護保険勉強会(北部地域包括支援センター)
	11/10 (金) 防犯講座 (マーガレット)	10/5 (木) 防犯講座 (マーガレット)
	12/1 (金) ポッチャ競技	11/2 (木) 富岡第二小学校との交流
	2/2 (金) 次年度の計画づくり・茶話会	12/21 (木) 正月花飾りづくり (村上様)
	3/8 (金) バス旅行 (行先: 未定)	2/1 (木) 次年度の計画づくり・茶話会
	開催日: 第1金曜日 (5.11.3月は第2金曜日)	3/7 (木) バス旅行 (行先: 未定)
	時間: 13時30分~15時30分	開催日: 第1木曜日 (5月は第2木曜日・12月は第4木曜)
	場所: 深良支所2階大会議室	時間: 10時00分~11時30分 * 9時30分~血圧測定実施
	持ち物: 水分、タオル、マスク	場所: 呼子公民館
		持ち物: 水分、タオル、マスク

西地区	5/2 (火) 脳トレ・簡単な体操 (社会福祉協議会)
	6/6 (火) 未来のお話について (社会福祉協議会)
	7/4 (火) 防犯講座 (マーガレット)
	8月 夏休み (熱中症予防のため)
	9/5 (火) 介護予防体操 (健康運動指導士)
	10/3 (火) ウォーキング
	11/7 (火) バス旅行 (行先: 未定)
	12/5 (火) 介護予防体操 (健康運動指導士)
	2/6 (火) 次年度の計画づくり・茶話会
	3/5 (火) スカットボール競技
	開催日: 第1火曜日
	時間: 10時00分~11時30分
	場所: 二本松公民館
	持ち物: 水分、タオル、マスク、室内用運動靴

富岡地区サロン	5/1 (月) 脳トレ・簡単な体操 (社会福祉協議会)
	6/5 (月) 生活総合機能改善機器を活用したレク、体操 (社協)
	7/3 (月) 七夕会・皆で飾りづくり
	8/7 (月) 未来のお話について (社会福祉協議会)
	9/4 (月) 歌声喫茶 (合唱)
	10/2 (月) 介護予防体操 (健康運動指導士)
	11/6 (月) 介護予防体操 (健康運動指導士)
	12/4 (月) 防犯講座 (マーガレット)
	2/5 (月) 次年度の計画づくり・茶話会
	3/18 (月) バス旅行 (行先: 未定)
	開催日: 第1月曜日 (3月は第3月曜日)
	時間: 13時30分~15時30分
	場所: 富岡支所
	持ち物: 水分、タオル、マスク

須山地区	4/13 (木) ポッチャ競技等
	5/11 (木) 塗り絵にチャレンジ
	6/8 (木) 紙芝居
	7/13 (木) 七夕会・皆で飾りづくり
	8/10 (木) 脳トレ・簡単な体操 (社会福祉協議会)
	9/14 (木) 手芸
	10/19 (木) バス旅行 (行先: 未定)
	11/9 (木) 歌声喫茶 (合唱)
	12/14 (木) クリスマス会
	開催日: 第2木曜日 (10月は第3木曜日)
	時間: 13時30分~15時00分
	場所: 須山地区研修センター 2階
	持ち物: 水分、タオル、マスク、室内用運動靴
	* 7.12月は9時00分~15時00分

南地区	5/18 (木) 脳トレ・簡単な体操 (社会福祉協議会)
	6/15 (木) 介護予防体操 (健康運動指導士)
	7/20 (木) 介護予防体操 (健康運動指導士)
	8月 夏休み (熱中症予防のため)
	9/21 (木) 未来のお話について (社会福祉協議会)
	10/19 (木) 生活総合機能改善機器を活用したレク、体操 (社協)
	11/16 (木) バス旅行 (行先: 未定)
	12/21 (木) 防犯講座 (マーガレット)
	2/15 (木) 次年度の計画づくり・茶話会
	3/21 (木) スカットボール競技
	開催日: 第3木曜日
	時間: 10時00分~11時30分
	場所: 南小学校1F 会議室
	持ち物: 水分、タオル、マスク、室内用運動靴

東地区	5/10 (水) スカットボール (社会福祉協議会)
	6/7 (水) 茶話会 (ゆっくり語らおう)
	7/5 (水) 生活総合機能改善機器を活用したレク、体操 (社協)
	8月 夏休み (熱中症予防のため)
	9/6 (水) 防犯講座 (マーガレット)
	10/4 (水) 歌声喫茶 (合唱)
	11/1 (水) ポッチャ競技 (社会福祉協議会)
	12/6 (水) 介護予防体操 (健康運動指導士)
	2/7 (水) 次年度の計画づくり・茶話会
	3/6 (水) ウォーキング
	開催日: 第1水曜日 (5月は第2水曜日)
	時間: 10時00分~11時30分 * 9時30分~血圧測定実施
	場所: 東地区コミュニケーションセンター ※東小となり
	持ち物: 水分、タオル、マスク、室内用運動靴

※日程や内容は、一部変更、中止する場合があります。
※お住いの地区以外のサロンにも参加可能。申込みは不要です。
※参加費は無料ですが、一部ご負担いただく場合があります。
※体調がすぐれない時は無理せず休養下さい。
問い合わせ
連絡先: 裾野市社会福祉協議会
(電話 992-5750)

