

# じゅらく8月の活動予定表

日	月	火	水	木	金	土
						1
午前						午前
午後						午後
2	3	4	5	6	7	8
午前	スマイルクラブ 折紙（くす玉）	通所サービス 新聞相撲	ビックリ！マジック	通所サービス 新聞相撲	けん玉と ミカンまる体操	午前
午後	機能アップ教室 個別運動&体操①		機能アップ教室 個別運動&体操①		川柳を始めませんか	午後
9	10	11	12	13	14	15
午前	お休み	通所サービス 大吉体操	演奏会 「すみれ」（大正琴）	通所サービス 大吉体操	レッツ！ ミカンまる体操	午前
午後			機能アップ教室 個別運動&体操②		脳活に挑戦	午後
16	17	18	19	20	21	22
午前	スマイルクラブ 笑いヨガ&シトラスリボン	通所サービス リラックスデー	懐かしの伝承遊び ～けん玉&コマ～	通所サービス リラックスデー	レッツ！ ミカンまる体操	午前
午後	機能アップ教室 個別運動&体操②		機能アップ教室 個別運動&体操③		カラダ再発見 ～体の動きを知ろう～	午後
23	24	25	26	27	28	29
午前	スマイルクラブ 小物のアクセサリ	通所サービス 大人のぬり絵	家族介護教室 介護もい～よカフェ	通所サービス 大人のぬり絵	レッツ！ ミカンまる体操	午前
午後	機能アップ教室 個別運動&体操③		機能アップ教室 田村先生の歌体操		発表会 伊予民踊民舞カーブ	午後
30	31					
午前	スマイルクラブ シャドーアート					午前
午後	機能アップ教室 田村先生の歌体操					午後

## ■時間

「機能訓練室」…（午前）10時から11時30分 / （午後）1時30分から3時

「憩のスペース」… 午前9時から午後4時30分まで利用できます。

「集会室」「教養娯楽室」… 事前の予約が必要です。

「入浴」は、水曜日の10時から12時まで利用できます（1回200円）。前日までに予約をお願いします。

### ご利用にあたってのお願い

新型コロナウイルス感染予防のため、来られる前に自宅で検温し、37度以上であれば利用を控えてください。

また、館内はマスクを着用してください。ご協力をお願いします。



# 活動内容のご案内

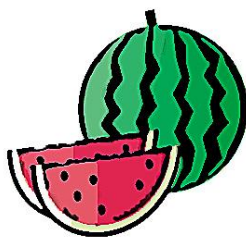
※ ご予約、お問い合わせは **じゅらく**（電話：983-6511）

スマイルクラブ	機能アップ教室	通所サービスじゅらく
<p>認知症にならないう、頭や指先を使いみんなで楽しく活動しましょう。</p> <p>※定員 15名 ※参加費 200円～300円 ※申込みが必要です</p>	<p>5ヶ月間を1セットで看護師と一緒に身体機能のアップを目指します。</p> <p>※月曜コースと水曜コース ※各コース 定員15名 ※1回 300円 ※申込みが必要です</p>	<p>火曜と木曜にレクレーション・食事・送迎・入浴等のサービスを実施します。</p> <p>※9時30分から14時 ※定員 25名 ※1回 1,700円 ※申込みが必要です</p>

レッツ！ミカンまる体操	ビックリ！マジック	川柳を始めませんか
<p>みんなでミカンまる体操を行い、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よ。</p> <p>※1回 10名程度 ※自由参加です</p>	<p>身近なものを使って、周りの人をあっと驚かせましょう。田中氏の実演もありますよ。</p> <p>※協力 田中 瑛 氏 ※10名程度 ※自由参加です</p>	<p>誰でも気軽に作れる川柳。難しく考えず、5・7・5のリズムでくすくと笑える作品を作りましょう。</p> <p>※10名程度 ※自由参加です</p>

脳活に挑戦	演奏会「すみれ」（大正琴）	懐かしの伝承遊び
<p>ことばや計算、間違い探しなど楽しい問題にチャレンジしてみましょう。わかることで脳が活性化されますよ。</p> <p>※10名程度 ※自由参加です</p>	<p>大正琴のグループ「すみれ」が練習の成果を発表する演奏会を行います。美しい音色を聴きにきてください。</p> <p>※自由参加です</p>	<p>「昔はよく遊んだなあ」そんな人も多いのでは。童心に戻って一度熱中してみませんか。</p> <p>※協力 大下英明 氏 ※10名程度 ※自由参加です</p>

カラダ再発見	家族介護教室	発表会「伊予民踊民舞カープ」
<p>体の正しい動きを知って健康に役立てよう。姿勢や歩き方で体調も変わってきますよ。</p> <p>※協力 伊予市社協 介護係 ※10名程度 ※自由参加です</p>	<p>介護されている方や介護に関心がある方、お待ちしております。</p> <p>※地域包括支援センター主催 ※1回 100円 ※申込みが必要です（8/24まで）</p>	<p>伊予民踊のグループ「民舞カープ」の発表会を行います。しなやかな踊りを見にきてください。</p> <p>※自由参加です</p>



入浴は、毎週水曜日10:00～12:00までで入浴料は 200円、予約制です。入浴希望の前日までに予約を お願いします。  
また、駐車場は限りがありますのでご了承ください。