

じゅらく生きがい活動センター 5月の活動予定表

初夏に移り変わる季節、青々とした緑が目立つようになりましたね。
5月といえば鯉のぼり。鯉のぼりは、男の子の誕生を祝い、健やかな成長と出世を願うという意味があるそうです。じゅらくにも展示しておりますので、どうぞお楽しみください。

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
午前				通所サービス	スマイルクラブ フクロウのプローチ	憲法記念日
午後				A:季節のお花見散歩 B:あじさいの壁飾り	レッツ! ミカンまる体操 ラジオ体操	
4	5	6	7	8	9	10
みどりの日	お休み こどもの日	お休み 振替休日	ゲーム 【eスポーツ】 機能アップ教室	通所サービス A:あじさいの壁飾り B:季節のお花見散歩	スマイルクラブ カエル レッツ! ミカンまる体操 ラジオ体操	午前 午後
11	12	13	14	15	16	17
午前	スマイルクラブ スルメ5きょうだい	レッツ! ミカンまる体操 ラジオ体操	伊予警察署による 防犯対策	通所サービス	スマイルクラブ スルメ5きょうだい	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	茶道教室	レッツ! ミカンまる体操 ラジオ体操	午後
18	19	20	21	22	23	24
午前	スマイルクラブ PPバンドのかご	レッツ! ミカンまる体操 ラジオ体操	ぼかりん☆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バンドのかご	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	トーンチャイム 鑑賞会	レッツ! ミカンまる体操 ラジオ体操	午後
25	26	27	28	29	30	
午前	スマイルクラブ PPバンドのかご	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バンドのかご	午前
午後	機能アップ教室 公原先生の体操	目指せ 松山英樹! 室内ゴルフを楽しもう!!	機能アップ教室 公原先生の体操	お買い物	レッツ! ミカンまる体操 ラジオ体操	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。

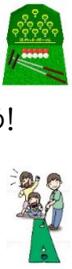
転倒防止の為、スリッパもしくは上履きをご持参ください。よろしくお願ひ致します。



お問い合わせ
じゅらく生きがい活動センター ☎ 983-6511



活動内容のご案内

<p>レッツ！ ミカンまる体操・ラジオ体操</p> <p>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。</p> 	<p>賭けない・飲まない・吸わない 健康麻雀を楽しもう！</p> <p>「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。</p> 	<p>目指せ 松山英樹！室内ゴルフを楽しもう!!</p> <p>誰でも簡単に楽しめる スカットボールや、シャッフルゴルフで気持ちよく体を動かしましょう！ 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。</p> 
<p>ぽかりん☆サロン みんなでカレーを食べよう！</p> <p>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。</p> 	<p>ゲーム 【eスポーツ】</p> <p>「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。</p> 	<p>通所サービス</p> <p>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。</p> <p><u>10時から15時までで、利用料は1回1,480円(昼食込)です。</u> <u>申し込みが必要です。</u></p>
<p>家族介護教室 介護もい～よカフェ</p> <p>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</p> 	<p>スマイルクラブ</p> <p>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</p> 	<p>伊予警察署による 高齢者対策</p> <p>伊予警察署の方に、防犯対策等についてお話いただけます。質問タイムもありますので、気になることなど、是非この機会にご質問ください。 参加費は無料です。 申込不要、ぜひご参加ください。</p>
<p>機能アップ教室</p> <p>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。</p> 		<p>お問い合わせ</p> <p>じゅらく 生きがい活動センター ☎ 983-6511</p> <p>伊予市下吾川1447番地1</p>

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。

