

わいわい善行(介護予防特化型) 令和5年7月の行事予定表



行事開始:午前10:00~12:00 午後13:00~15:00

利用料:800円
(1日中利用できます)

わいわいでは毎日高齢者
向けの体操もやっています。
行事の前に体操を行います。
(加圧体操、口腔体操)
午前の部:10時~30分程度
午後の部:13時~30分程度

1(土曜日)
土曜サロン

2(日曜日)
日曜サロン

3(月曜日) 初心者麻雀 (午前・午後)	4(火曜日) フリーサロン (午前・午後)	5(水曜日) ちりめん (午前・午後)	6(木曜日) 健康麻雀 (午前・午後)	7(金曜日) ハーモニカ (午前) 大人の塗り絵 カラオケ (午後)	8(土曜日) 土曜サロン
					9(日曜日) 日曜サロン
10(月曜日) 押し花 (午前) スマホ教室 初心者麻雀 (午前・午後)	11(火曜日) 習字 (午前) ヨガ (午後)	12(水曜日) 免疫アップ体操 (午前) リメイク (午前・午後)	13(木曜日) 健康麻雀 (午前・午後)	14(金曜日) みんなで歌いましょう (午前) カラオケ (午後)	15(土曜日) 土曜サロン
					16(日曜日) カラオケ (午前・午後)
17(月曜日) 海の日	18(火曜日) 手編み (午前・午後) フリーサロン (午前・午後)	19(水曜日) 小物づくり (午前・午後)	20(木曜日) 健康麻雀 (午前・午後) 絵手紙 (午後)	21(金曜日) 英会話 (午前) 大人の塗り絵 ハーモニカ、カラオケ (午後)	22(土曜日) 土曜サロン
					23(日曜日) 日曜サロン
24(月曜日) 初心者麻雀 (午前・午後)	25(火曜日) 写経 (午前) ヨガ (午後)	26(水曜日) ちりめん リメイク (午前・午後)	27(木曜日) 健康麻雀 (午前・午後)	28(金曜日) みんなで歌いましょう 絵画教室 (午前) カラオケ (午後)	29(土曜日) 土曜サロン
					30(日曜日) 日曜サロン

31(月曜日)
初心者麻雀
(午前・午後)

お申込みは、電話 0466-84-2422 次号は7月21日(金)発行予定です。

< 生徒さん募集 >

その1 習字

きれいな字は心の鏡

字は独学では上達しません。教室で教わって美しい文字をかけるようにしましょう。

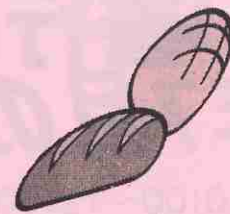
その2 押し花

和気あいあいしながら、四季折々のお花を押す所から作品を作りましょう。

その3 ゆっくりヨガ

軽快な音楽にあわせリフレッシュ! 初めての方も男性も大歓迎。

- みらい社のパンを販売しています。
ご利用ください（木・金曜日）



- わいわいサポート
草刈り、網戸・障子の張替え、パソコントラブル等、お助けします！
☎0466-84-2422



- 小物づくり（第3水曜日）
針、布で楽しくわいわいおしゃべりしながら作品作り、いかがですか？



- リメイク（第2、第4水曜日）
着なくなった着物や帯で布が
眠っていたら、簡単な洋服、
手提げカバンなどに作り替えて
みませんか？
※ミシンも使えます



- 初心者健康麻雀（毎週月曜日）
初めての方も大歓迎です。
麻雀は指・脳を使うので、シニアの私たちには最高の時の
過ごし方です！