

いつまでも、元気に♪美しく♡

ふれあい元気クラブ・えんじょい ご利用案内

高齢者の生きがいづくりの場をめざして、月曜～金曜開室してます。



## 平成31年度ふれあい元気クラブ・えんじょい週間プログラム

対象：市内在住概ね60歳以上の方

利用料：無料（材料費実費）

	月	火	水	木	金
午前 10時00分 ～ 12時00分	【第1・第3】 10時～12時 歌・コーラス ☆定員満員☆	【第1～第4週】  麻雀、囲碁、将棋  トランプ、花札など	【第1・第3】 ふれあいサロン ☆定員満員☆	☆31年新開室☆ 【第1・第3】 フラダンス	【第1・第3】 書道 ☆定員満員☆
			【第2・第4】 10時～11時 カラコロ体操 (第2・男性のみ) (第2地域包括)	【第2、第4】 カラオケ	【第2・4】 談話室
午後 1時00分 ～ 4時00分			【第1・第3】 ふれあいサロン ☆定員満員☆	【第1】 いきいき歌体操 (ふれあい)	【第3】14時～15時 ネメス・アンソニー講師 脳トレ講座(奇数月開催) ※事前予約必要
	【第2・第4】 13時～15時 健康体操(わくわく暇)		【第2】 13時～16時 手芸、木工芸など (さんきゅう)		【第2】 楊名時健康太極拳
	【第3】 楊名時健康太極拳	【第4】 14時～16時 介護予防教室 (第2地域包括)	【第2、第4】 カラオケ	【第4】 談話室	
喫茶 希望者 100円	あり(歌・コーラスのみ)	あり	なし	あり	あり

### 【ご利用にあたっての注意事項】

【休館日】土、日、祝日(振替休日を含む)、月の末日(その日が土日にあたるときはその直前の金曜)、12月28日から1月4日。

(その他、警報発令時に臨時休館の場合あり)

喫茶は、希望者のみに100円で提供します。(喫茶あり・なしの日がありますので、上記ご確認ください)

上表プログラムは変更になることがあります。

【お問い合わせ・事前予約】 四條畷市社会福祉協議会 ☎072-878-1210