

さわやかクラブ 令和5年11月 月間予定表

一日を通して徐々に寒さが増してくる時期となりました。
暖房機器を使用する際は、適度な換気と湿度調整行なうと共に
衣類による温度調節、身体を温める食事も取り入れ、健康維持に努めましょう



火曜会(公民館)



11/14は、10:20に防犯講座が開始できるよう、準備をお願いします。

火	午前10:00～11:30	備 考	当番:B班のみなさん
7	リハビリ体操・レクリエーション	学習室	
14	佐倉警察署移動交番 防 犯 ミ ニ 講 座	研修室	
21	グラウンドゴルフ	中央台公共用地 ※雨天時は公民館研修室	
28	リハビリ体操・レクリエーション	研修室	



水曜会(隣保館)



11/29は、10:20に防犯講座が開始できるよう、準備をお願いします。

水	午前10:00～11:30	備 考	当番:B班のみなさん
1	リハビリ体操・レクリエーション		
8	グラウンドゴルフ	中央台公共用地 ※雨天時は隣保館	
15	リハビリ体操・レクリエーション		
22	リハビリ体操・レクリエーション		
29	佐倉警察署移動交番 防 犯 ミ ニ 講 座		



金曜会(隣保館)



11/17は、10:20に防犯講座が開始できるよう、準備をお願いします。

金	午前10:00～11:30	備 考	当番:B班のみなさん
3	文化の日	祝日に伴い、休講日	
10	グラウンドゴルフ	中央台公共用地 ※雨天時は隣保館	
17	佐倉警察署移動交番 防 犯 ミ ニ 講 座		
24	リハビリ体操・レクリエーション		

26(日)

第45回 酒々井ふるさとまつり

中央台公園他

各クラス会長、事務局のみ参加



生きがいデイサービス事業【さわやかクラブ】の目標

介護認定を受けていない60歳以上の方の介護予防及び【さわやかクラブ】で学んだ知識や技術を
参加者が主体となって、町内の各地域で介護予防の普及活動をする事ができるように隣保館及び
公民館を会場に行っています。

【ご案内】

ご自宅での検温を忘れずをお願いします。各会場でも検温しますが

37度以上の発熱及び倦怠感、咳、咽頭痛、頭痛、腹痛等の体調不良がある場合はお休み下さい。

また、マスクは不織布マスク(紙マスク)の着用をお願いします。

※館内でお食事は出来ませんが水分補給は可能です。飲料は各自でご用意下さい。