

さわやかクラブ 令和7年 9月 月間予定表

夏の厳しい暑さもようやく和らぐ季節になってきました。
暑さで疲弊し、体を冷やしすぎた事で、夏バテ気味ではないですか？
生活の中にストレッチなどを取り入れて、夏バテを解消しましょう♪



火曜会(公民館)

火	午前10:00～11:30	備考	当番: D 班のみなさん
2	リハビリ体操・フリータイム		
9	リハビリ体操・レクリエーション		
16	リハビリ体操・レクリエーション		
23	秋分の日	休 講 日	
30	電話de詐欺防犯講座	講師:酒々井町くらし安全協働課 飯島様	



水曜会(隣保館)

水	午前10:00～11:30	備考	当番: D 班のみなさん
3	リハビリ体操・フリータイム		
10	リハビリ体操・レクリエーション		
17	電話de詐欺防犯講座	講師:酒々井町くらし安全協働課 飯島様	
24	リハビリ体操・レクリエーション		



金曜会(隣保館)

金	午前10:00～11:30	備考	当番: C 班のみなさん
5	リハビリ体操・フリータイム		
12	リハビリ体操・レクリエーション		
19	リハビリ体操・レクリエーション		
26	電話de詐欺防犯講座	講師:酒々井町くらし安全協働課 飯島様	

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。