



# さわやかクラブ 令和8年 月間予定表

新年あけましておめでとうございます 本年もよろしくお願い申し上げます  
引き続き空気が乾燥していますので、体調は勿論、火の取り扱いに注意しましょう。  
お正月は、食品を長時間室温下に出しておきがちになりますので、ウェルツシュ菌の繁殖により、胃腸炎などを引き起こさないよう、適切な保存を心がけましょう。


## 火曜会(公民館)

火	午前10:00～11:30	備 考	当番: D 班のみなさん
6	リハビリ体操・フリータイム		
13	リハビリ体操・レクリエーション		
20	リハビリ体操・レクリエーション		
27	リハビリ体操・レクリエーション		

## 水曜会(隣保館)

水	午前10:00～11:30	備 考	当番: A 班のみなさん
7	リハビリ体操・フリータイム		
14	リハビリ体操・レクリエーション		
21	リハビリ体操・レクリエーション		
28	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: A 班のみなさん
2	年末年始休講日		
9	リハビリ体操・フリータイム		
16	リハビリ体操・レクリエーション		
23	リハビリ体操・レクリエーション		
30	リハビリ体操・レクリエーション		

### 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にお願いします。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。