



さわやかクラブ 令和8年 **5月** 月間予定表

暖かさが徐々に増す時季です。
衣類の調整での体調管理も重要ですが、湿度も徐々に上がる為、
食中毒を防ぐために、食品の管理にも注意を払いましょう。


火曜会(公民館)

火	午前10:00~11:30	備考	当番: D 班のみなさん
5	休講日		
12	健康体操・脳トレ・フリータイム		
19	グラウンドゴルフ	中央台公共用地 荒天時は中央公民館	
26	健康体操・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: B 班のみなさん
6	休講日	振替休日	
13	健康体操・脳トレ・フリータイム		
20	健康体操・レクリエーション		
27	グラウンドゴルフ	中央台公共用地 荒天時は隣保館	

金曜会(公民館)

金	午前10:00~11:30	備考	当番: B 班のみなさん
1	健康体操・フリータイム		
8	健康体操・脳トレ		
15	健康体操・レクリエーション		
22	グラウンドゴルフ	中央台公共用地 荒天時は中央公民館	
29	健康体操・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**65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。