



地区サロンのお知らせ

裾野市では、介護予防を目的としたサロンを各地域で実施しています。楽しく介護予防ができるよう企画してありますので、是非ご参加ください！

西地区 たのしみサロン	5/7(火)	スカットボール競技
	6/4(火)	うちわを作ろう！
	7/2(火)	ストレッチ体操(バンビ)
	8月 夏休み(熱中症予防のため)	
	9/3(火)	介護保険制度を学ぼう(地域包括支援センター)
	10/1(火)	バス旅行(行先:未定)
	11/5(火)	歌声喫茶(合唱)
	12/3(火)	脳トレ・ゲーム(社会福祉協議会)
	2/4(火)	次年度の計画づくり・茶話会
	3/4(火)	生活総合機能改善機器を活用したレク、体操(社協)
開催日:第1火曜日 時間:10時00分~11時30分 場所:二本松公民館 持ち物:水分、タオル、マスク、室内用運動靴		
富岡地区 サロンの会	5/13(月)	スカットボール競技
	6/3(月)	うちわを作ろう！
	7/1(月)	七夕会・皆で飾りをつくろう
	8/5(月)	歌声喫茶(合唱)
	9/2(月)	脳トレ・ゲーム(社会福祉協議会)
	10/7(月)	介護予防体操(健康運動指導士)
	11/11(月)	介護保険制度を学ぼう(北部地域包括支援センター)
	12/2(月)	介護予防体操(健康運動指導士)
	2/3(月)	次年度の計画づくり・茶話会
	3/3(月)	バス旅行(行先:未定)
開催日:第1月曜日(5、11月は第2月曜日) 時間:13時30分~15時30分 場所:富岡支所 持ち物:水分、タオル、マスク		
須山地区 ごんべっこの会	4/11(木)	スカットボール競技
	5/9(木)	脳トレ・ゲーム(社会福祉協議会)
	6/13(木)	うちわを作ろう！
	7/11(木)	七夕会・皆で飾りをつくろう
	8/8(木)	ストレッチ体操(バンビ)
	9/12(木)	介護保険制度を学ぼう(北部地域包括支援センター)
	10/10(木)	歌声喫茶(合唱)
	11/7(木)	バス旅行(行先:未定)
	12/12(木)	クリスマス会
	開催日:第2木曜日(11月は第一木曜日) 時間:13時30分~15時00分 場所:須山地区研修センター 2階 持ち物:水分、タオル、マスク、室内用運動靴 ※7、12月は9時00分~15時00分	

南地区 たのしみサロン	5/16(木)	スカットボール競技
	6/20(木)	うちわを作ろう！
	7/18(木)	バス旅行(行先:未定)
	8月 夏休み(熱中症予防のため)	
	9/19(木)	脳トレ・ゲーム(社会福祉協議会)
	10/17(木)	介護保険制度を学ぼう(地域包括支援センター)
	11/21(木)	介護予防体操(健康運動指導士)
	12/19(木)	介護予防体操(健康運動指導士)
	2/20(木)	次年度の計画づくり・茶話会
	3/27(木)	生活総合機能改善機器を活用したレク、体操(社協)
開催日:第3木曜日(3月は第4木曜日) 時間:10時00分~11時30分 場所:南小学校1F 会議室 持ち物:水分、タオル、マスク、室内用運動靴		
東地区 ふれあいサロン	5/8(水)	スカットボール競技
	6/5(水)	フルヤ トモヒロ ライブ
	7/3(水)	歌声喫茶(合唱)
	8月 夏休み(熱中症予防のため)	
	9/4(水)	健活講座(明治安田生命)
	10/2(水)	防災講座(都市計画課)
	11/6(水)	介護保険制度を学ぼう(地域包括支援センター)
	12/4(水)	介護予防体操(健康運動指導士)
	2/5(水)	次年度の計画づくり・茶話会
	3/5(水)	ウォーキング
開催日:第1水曜日(5月は第2水曜日) 時間:10時00分~11時30分 *9時30分~11時30分 場所:東地区コミュニティセンター ※東小となり 持ち物:水分、タオル、マスク、室内用運動靴		

深良地区 サロンコスモス会	5/10(金)	スカットボール競技
	6/7(金)	うちわを作ろう！
	7/5(金)	介護予防体操(健康運動指導士)
	8/2(金)	防災講座(都市計画課)
	9/6(金)	ポッチャ競技
	10/4(金)	バス旅行(行先:未定)
	11/1(金)	散策(ウォーキング)
	12/6(金)	介護保険制度を学ぼう(北部地域包括支援センター)
	2/7(金)	次年度の計画づくり・茶話会
	3/7(金)	生活総合機能改善機器を活用したレク、体操(社協)
開催日:第1金曜日(5月は第2金曜日) 時間:13時30分~15時30分 場所:深良支所2階大会議室 持ち物:水分、タオル、マスク		
呼子地区 ふれあいサロン	4/4(木)	スカットボール競技
	5/9(木)	散策(ウォーキング)
	6/6(木)	うちわを作ろう！
	7/4(木)	食事会(皆で調理)
	8/1(木)	脳トレ・ゲーム(社会福祉協議会)
	9/5(木)	歌声喫茶(合唱)
	10/3(木)	介護保険制度を学ぼう(北部地域包括支援センター)
	11/7(木)	富岡第二小学校との交流
	12/19(木)	クリスマス花飾りづくり(村上様)
	2/6(木)	次年度の計画づくり・茶話会
3/7(金)	バス旅行(行先:未定)	
開催日:第1木曜日(5月は第2、12月は第3木曜日) 3月は第1金曜日 時間:10時00分~11時30分 *9時30分~11時30分 場所:呼子公民館 持ち物:水分、タオル、マスク		

※日程や内容は、一部変更、中止する場合があります。
※お住いの地区以外のサロンにも参加可能。申込みは不要です。
※参加費は無料ですが、一部ご負担いただく場合があります。
※体調がすぐれない時は無理せず休養下さい。

問い合わせ

連絡先:裾野市社会福祉協議会
(電話 992-5750)

