

令和7年度



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おりますので、是非ご参加ください！

西地区	5/13(火)	音楽会(レモングラス)	南地区	5/15(木)	ポッチャ大会
	6/3(火)	ウォーキング		6/19(木)	介護保険課からのお話
	7/1(火)	介護予防体操(健康運動指導士)		7/17(木)	音楽鑑賞(マンダリンの演奏)
	8月 夏休み(熱中症予防のため)			8月 夏休み(熱中症予防のため)	
	9/2(火)	音楽鑑賞(マンダリンの演奏)		9/18(木)	バス旅行(行先:未定)
	10/7(火)	バス旅行(行先:未定)		10/16(木)	大人の運動会(輪投げ・ぼっちゃ)
	11/4(火)	eスポーツにチャレンジ(マリオカート・太鼓の達人)		11/20(木)	介護予防体操(健康運動指導士)
	12/2(火)	スカットボール		12/18(木)	歌声喫茶
	2/3(火)	次年度の計画づくり・茶話会		2/19(木)	次年度の計画づくり・茶話会
	3/3(火)	生活総合機能改善機器を活用したレクリエーション		3/19(木)	生活総合機能改善機器を活用したレクリエーション
開催日:第1火曜日(5月は第2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		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			
深良地区 サロン コスモス会	5/2(金)	カラーリング体験会	東地区 ふれあい サロン	5/7(水)	介護予防体操(健康運動指導士)
	6/6(金)	歌声喫茶		6/4(水)	終活の話(しんきん成年後見サポート)
	7/4(金)	eスポーツにチャレンジ(マリオカート・太鼓の達人)		7/2(水)	歌声喫茶
	8月 夏休み(熱中症予防のため)			8月 夏休み(熱中症予防のため)	
	8/1(金)	健康講話(北部地域包括支援センター)		9/3(水)	eスポーツにチャレンジ(マリオカート・太鼓の達人)
	9/5(金)	出前講座(元警察官からのお話)		10/1(水)	ウォーキング
	10/3(金)	介護予防体操(健康運動指導士)		11/5(水)	スポーツ大会(スカットボール・ポッチャ・輪投げ)
	11/7(金)	バス旅行(行先:未定)		12/3(水)	音楽会(とんちんかん)
	12/5(金)	音楽鑑賞(二胡の演奏)		2/4(水)	次年度の計画づくり・茶話会
	2/6(金)	次年度の計画づくり・茶話会		3/10(火)	バス旅行(行先:未定)
3/6(金)	スカットボール	開催日:第1水曜日(3月は第2火曜日) 時間:10時00分~11時30分 *9時30分~血压測定実施 場所:東地区コミュニティーセンター ※東小となり 持ち物:水分、タオル、マスク、室内用運動靴			
開催日:第1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	4/3(木)	ウォーキング	須山地区 ごんべっこの会	4/10(木)	スカットボール
	5/1(木)	健康講話(北部地域包括支援センター)		5/29(木)	バス旅行(行先:富士・富士宮方面)
	6/5(木)	音楽会(とんちんかん)		6/12(木)	音楽鑑賞(二胡の演奏)
	7/3(木)	輪投げ大会		7/10(木)	七夕会・皆で飾りをつくろう
	8/7(木)	歌声喫茶		8/7(木)	カラーリング体験会
	9/25(木)	バス旅行(行先:未定)		9/11(木)	健康講話(北部地域包括支援センター)
	10/2(木)	生活総合機能改善機器を活用したレクリエーション		10/9(木)	終活の話(しんきん成年後見サポート)
	11/6(木)	富岡第二小学校とマンダリン演奏の交流		11/13(木)	介護予防体操(健康運動指導士)
	12/25(木)	正月飾りづくり(村上様)		12/11(木)	クリスマス会
	2/5(木)	次年度の計画づくり・茶話会		開催日:第2木曜日(5月は最終木曜日、8月は第1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	
3/5(木)	介護予防体操(健康運動指導士)				
開催日:第1木曜日(9月、12月は第4木曜日) 時間:10時00分~11時30分 *9時30分~血压測定実施 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)

いきいきサロン

