

	月	火	水	木	金
			1	2	3 憲法記念日
午前				タイ古式マッサージ体験 10:00~12:00 タイ古式マッサージを体験してみませんか? 達本先生 体験料:500円	お休み
午後			健康マッサージ(骨盤体操) 14:00~15:00 手圧マッサージ、骨盤体操、リンパマッサージなど せのんさん 参加費:無料		
	振替休日 6	7	8	9	10
午前	お休み	ラジオ体操みんなの体操 10:00~12:00 ラジオ体操などで健康な体づくり 内海先生 参加料:無料	耳つぼマッサージ体験 10:00~12:00 耳つぼマッサージで腰痛などを改善 エステロンももか 体験料:100円	タイ古式マッサージ体験 10:00~12:00 タイ古式マッサージを体験してみませんか? 達本先生 体験料:500円	パステルアート体験 10:00~14:00 誰でも簡単パステルアート体験 パステルリリほ和の輪会 材料費:500円~
午後				リンパトリートメント体験 13:00~15:00 肩、首のコリをほぐし、リンパの流れを良くします サロンdeチャーミー 体験料:100円	
	13	14	15	16	17
午前		ラジオ体操みんなの体操 10:00~12:00 ラジオ体操などで健康な体づくり 内海先生 参加料:無料		タイ古式マッサージ体験 10:00~12:00 タイ古式マッサージを体験してみませんか? 達本先生 体験料:500円	
午後		タイルを使ったコースター作り 13:00~15:00 子どもから高齢者までタイルを使ってコースター作りに挑戦 シノカワホーム 材料費:100円			タブレット体験 13:00~15:00 今はやりのタブレットにさわってみませんか? 榊ハイパーネット 参加費:無料
	20	21	22	23	24
午前		ラジオ体操みんなの体操 10:00~12:00 ラジオ体操などで健康な体づくり 内海先生 参加料:無料		タイ古式マッサージ体験 10:00~12:00 タイ古式マッサージを体験してみませんか? 達本先生 体験料:500円	
午後	そろばんで右脳を活性化 13:00~15:00 そろばんで右脳を活性化し認知症予防 ともみそろばん教室 参加費:無料		介護用品展示・体験会 13:00~15:00 車イスなどたくさん介護用品を展示説明 デステリア京屋 参加費:無料	リンパトリートメント体験 13:00~15:00 肩、首のコリをほぐし、リンパの流れを良くします サロンdeチャーミー 体験料:100円	タブレット体験 13:00~15:00 今はやりのタブレットにさわってみませんか? 榊ハイパーネット 参加費:無料
	27	28	29	30	31
午前		ラジオ体操みんなの体操 10:00~12:00 ラジオ体操などで健康な体づくり 内海先生 参加料:無料		タイ古式マッサージ体験 10:00~12:00 タイ古式マッサージを体験してみませんか? 達本先生 体験料:500円	
午後					タブレット体験 13:00~15:00 今はやりのタブレットにさわってみませんか? 榊ハイパーネット 参加費:無料

午前の活動 10:00~12:00

午後の活動 13:00~15:00

お問合せ  
社会福祉法人真宗協会  
地域支縁くらぶ白樺 専用電話  
TEL.090-5074-0480

地域支縁くらぶ白樺は、『地域のみなさまの健康や生きがいづくりを支援する』ことを目的とした(株)ダイイチと(福)真宗協会共同の地域貢献事業です  
※活動スケジュールは概ね1週間から10日毎に更新します。スーパーダイイチ市内全店で配布しています。