

さわやかクラブ 令和7年 **4月** 月間予定表

新年度となりました！！

口腔機能維持を含め、健康生活情報を上手に活かして元気な毎日を！
防犯意識を持ち、安全な日常を送りましょう

火曜会(公民館)

火	午前10:00～11:30	備考	当番: C 班のみなさん
1	開講式 ・リハビリ体操	研修室(開講式10:30～)	
8	リハビリ体操・フリータイム	研修室	
15	お花見ウォーキング	研修室 (ウォーキングは中央台4丁目周辺)	
22	リハビリ体操・レクリエーション	研修室	
29		休 講 日	

水曜会(隣保館)

水	午前10:00～11:30	備考	当番: D 班のみなさん
2	開講式 ・リハビリ体操	(開講式10:30～)	
9	リハビリ体操・フリータイム		
16	お花見ウォーキング	佐倉ふるさと広場(予定) 雨天時は室内レクなど	
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		

金曜会(隣保館)

金	午前10:00～11:30	備考	当番: A 班のみなさん
4	開講式 ・リハビリ体操	(開講式10:30～)	
11	リハビリ体操・フリータイム		
18	お花見ウォーキング	佐倉ふるさと広場(予定) 雨天時は室内レクなど	
25	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。