

さわやかクラブ 令和8年 9月 月間予定

まだまだ暑い季節、時間差熱中症に引き続き注意が必要です。
ゲリラ豪雨や大きい地震に見舞われるなど、例年と違う様子が見られます。
体調だけではなく、天候変化などへの備えを再度意識しましょう。



火曜会(公民館)



火	午前10:00～11:30	備 考	当番: D 班のみなさん
1	健康体操・フリータイム		
8	健康体操・レクリエーション		
15	健康体操・手芸活動	地域包括支援センターからの 手芸依頼	
22	休講日	祝日の為(国民の休日)	
29	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: C 班のみなさん
2	健康体操・フリータイム		
9	健康体操・レクリエーション		
16	健康体操・脳トレ		
23	休講日	祝日の為 秋分の日	
30	健康体操・レクリエーション		



金曜会(公民館)



金	午前10:00～11:30	備 考	当番: C 班のみなさん
4	健康体操・フリータイム		
11	健康体操・手芸活動	地域包括支援センターからの 手芸依頼	
18	健康体操・脳トレ		
25	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。