さわやかクラブ　令和８年 12月 月間予定表

寒さに加え、空気の乾燥が続く時季となります。
火の取扱い（火の元点検等）に注意しましょう。
感染症ウイルスも舞い易くなりますので、保湿の意味を含みマスク着用を心がけましょう。

火曜会（プリミエール）

火	午前10：00～11：30	備　考	当番：　C 班のみなさん
1	グラウンドゴルフ	中央台公共用地（雨天休講）	
8	グラウンドゴルフ	中央台公共用地（雨天休講）	
15	歴博方面へ路線バス移動 現地でウォーキング企画	9：45公民館前集合（雨天休講）	
22	休 講 日	休　講	
29	年末年始休講	公共施設休館の為	

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	健康体操・レクリエーション		
30	年末年始休講	公共施設休館の為	

金曜会（プリミエール）

金	午前10：00～11：30	備　考	当番：　C 班のみなさん
4	電車で成田山公園外出・散策	9：50JR酒々井改札口前集合 （雨天休講）	
11	グラウンドゴルフ	中央台公共用地（雨天休講）	
18	健康体操・フリータイム	プリミエール第一会議室	
25	屋外活動（　　未定　　）	公民館・プリミエール利用不可	

〈令和9年1月の初回は〉

1月5日	火曜会	プリミエール第二会議室
1月6日	水曜会	隣保館
1月8日	金曜会	プリミエール第一会議室

年末年始は、体調を崩しやすい時季です。体を冷やさず、関節痛トラブルなどに注意しながら、新年を迎えましょう。

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にお願いします。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。