

※すべて予約制です※

8月1日(木)9時より申し込み開始です。

※熱中症特別警戒アラートが発表された際は中止と致します。

趣味活動・講座

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
<p>体操・レクリエーションは裏面参照！</p> <p>★印は、各団体へ直接お申込み下さい。</p> 				1日	2日	3日
				終日 カフェタイム	終日 カフェタイム	終日 カフェタイム
4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日
休み	終日 カフェタイム	あんずの家 お菓子販売 11:30~13:00 カフェタイム	終日 カフェタイム	終日 カフェタイム	終日 カフェタイム	終日 カフェタイム
11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日
祝日 山の日	振替休日	終日 カフェタイム	終日 カフェタイム	終日 カフェタイム	終日 カフェタイム	終日 カフェタイム
18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日
休み	終日 カフェタイム	あんずの家 お菓子販売 11:30~13:00 カフェタイム	終日 カフェタイム	終日 カフェタイム	終日 カフェタイム	終日 カフェタイム
25日	26日	27日	28日	29日	30日	31日
休み	終日 カフェタイム	あんずの家 お菓子販売 11:30~13:00 カフェタイム	街かど健康講座 10:30~11:30 カフェタイム	終日 カフェタイム	終日 カフェタイム	終日 カフェタイム

マスク着用・飲み物持参

体操・レクリエーション

※すべて予約制です！※

① ベネッセ体操 8月はお休みです 地区区民館・レクルーム
※上履き持参※

② 健康体操(2) 8月はお休みです 桜台地域集会所・集会室1, 2

③ ほぐレク体操 8月はお休みです ケアカフェ さくら

いきいき健康体操(新谷先生)

④ 8月はお休みです 桜台地域集会所・集会室1, 2

⑤ 8月はお休みです 桜台地域集会所・集会室1, 2

※タオル1本持参(フェイスタオルサイズ) ※お持ちの方は5本指ソックスをお持ち下さい

ゆるらく体操(さくらカフェバージョン) ※タオル1本持参(フェイスタオルサイズ)※

⑥ 8月はお休みです ケアカフェ さくら

⑦ 8月はお休みです ケアカフェ さくら

⑧ 転ばぬ先の杖体操

8月はお休みです 桜台地域集会所・集会室1, 2

⑨ 体操で養生しよう

8月はお休みです 桜台地域集会所・集会室1, 2

⑩ くらら体操

8月はお休みです 桜台地域集会所・集会室1, 2