

# 5月の事業予定



日	曜日	朝 びん	午 前				昼 体操	午 後				夕 びん	ミニ 講座
1	日												
2	月	◎				×	申	映画鑑賞会(前編)	13:00	介護予防ホール	○	×	
3	火		憲法記念日										
4	水		みどりの日										
5	木		こどもの日										
6	金	○	申	初回講習会	10:00	介護予防ホール 機能訓練室	○	申	低栄養予防講話	13:30	介護予防ホール	○	×
7	土	○	申	映画鑑賞会(前編)	10:30	介護予防ホール	×	申	映画鑑賞会(後編)	13:15	介護予防ホール	○	スト レッ チ
			一	美容講座(コース制)	10:30	交流活動室							
8	日												
9	月	○	申	筋力向上トレーニング教室	10:30	介護予防ホール	×	申	筋力向上トレーニング教室	13:30	介護予防ホール	○	口の 体操
10	火	○	申	ハーバリウム講座	10:30	交流活動室	×	一	通所型サービスC	13:30	介護予防ホール 機能訓練室	×	×
11	水	○	申	歩いてリフレッシュ!	10:30	介護予防ホール	○	申	フォローアップ講習会	13:00 14:00	機能訓練室	◎	×
								申	ぬりえ教室	13:30	介護予防ホール		
								申	みんなのぬりえ	13:30	介護予防ホール		
12	木	○	申	ボイストレーニング	10:30	介護予防ホール	○	申	初回講習会	13:00	介護予防ホール 機能訓練室	○	ツボ
13	金	○	申	低栄養予防講話	10:30	介護予防ホール	×	申	体力測定会	13:30	介護予防ホール	○	脳ト レ
14	土	○					×	申	写経の会	13:00	介護予防ホール	○	×
15	日												
16	月	○	申	足腰ラクラク体操	10:30	介護予防ホール	×	申	フォローアップ講習会	13:00 14:00	機能訓練室	○	×
								申	ぬりえ教室	13:30	介護予防ホール		
								申	みんなのぬりえ	13:30	介護予防ホール		
17	火	○	申	チャレンジ!ポッチャ	10:30	介護予防ホール	×	一	通所型サービスC	13:30	介護予防ホール 機能訓練室	×	×
			申	おりがみ教室	10:00	多目的ホール							
18	水	◎	申	歩いてリフレッシュ!	10:30	介護予防ホール	○	申	体力測定会	13:30	介護予防ホール	○	口の 体操
19	木	○					×	一	ヨガ教室(コース制)	13:45	介護予防ホール	○	×
20	金	○	申	骨盤底筋トレーニング教室	10:30	介護予防ホール	×	申	低栄養予防講話	13:30	介護予防ホール	○	スト レッ チ
21	土	○	申	映画鑑賞会(前編)	10:30	介護予防ホール	×	申	映画鑑賞会(後編)	13:15	介護予防ホール	○	脳ト レ
			一	美容講座(コース制)	10:30	交流活動室							
22	日												
23	月	○	申	看護師講話	10:30	介護予防ホール	○	申	筋力向上トレーニング教室	13:30	介護予防ホール	◎	×
24	火	○					×	一	俳句のつどい(コース制)	13:15	交流活動室	×	×
								一	通所型サービスC	13:30	介護予防ホール 機能訓練室		
								申	おりがみ教室	13:30	多目的ホール		
25	水	○	申	歩いてリフレッシュ!	10:30	介護予防ホール	×	一	俳句のつどい(コース制)	13:15	交流活動室	○	ツボ
								申	看護師講話	13:30	介護予防ホール		
26	木	○	申	歌声広場	10:30 11:50	介護予防ホール	×	申	足腰ラクラク体操	13:30	介護予防ホール	○	×
			申	フォローアップ講習会	10:00 11:00	機能訓練室		申	中国語講座	13:30	交流活動室		
27	金	○	申	低栄養予防講話	10:30	介護予防ホール	○	申	初回講習会	13:00	介護予防ホール 機能訓練室	○	×
28	土	○	申	映画鑑賞会(後編)	10:30	介護予防ホール	×	申	写経の会	13:00	介護予防ホール	○	×
29	日												
30	月	○	申	骨盤底筋トレーニング教室	10:30	介護予防ホール	×	申	骨盤底筋トレーニング教室	13:30	介護予防ホール	○	口の 体操
31	火	○					×	一	通所型サービスC	13:30	介護予防ホール 機能訓練室	×	×
								申	おりがみ教室	13:30	多目的ホール		

【申】 事前に申込が必要な講座 【抽】 事前に申込抽選となる講座 【-】 既に申込終了している講座

「ふじみんぴんしゃん体操」は 朝びん9:15~10:00、夕びん15:15~16:00

※ ◎ の日は「プレミアムぴんしゃん」として約15分延長して行います

※ 機能訓練室の自由開放日は、別紙チラシをご覧ください