

介護予防センターもみじ台 5月の活動案内



集会活動

- ◎「みなみ会体操会」毎月第2・第4火曜日の13:30-14:30
会場：もみじ台管理センター *5月は5/9・~~23~~開催（※23日は中止になりました）
- ◎「ことぶきフレイル予防会」毎月第3月曜日の10:00~10:40
会場：北第一集会所 *5月は5/15開催
- ◎「すこやか倶楽部」毎月第1火曜日の13:30-14:30
会場：北第二集会所 *5月は5/2
- ◎「ふれあいの丘ゆるゆる体操会」毎月平日金曜日の10:00-11:00
会場：もみじ台ふれあい児童会館 5月は5/12・19・26開催
※体育館にて行いますので、上靴をお持ちください。
※第3金曜日（19日）は「太極拳」を実施します！
- ◎「花の会」毎月第2・第4水曜日の14:00-15:30
会場：アルファスクエア集会所 *5月は5/10・24開催（予定）
- ◎「健康ステーション体操会」毎月平日火曜日10:00-10:45
会場：ホクノスーパー2階健康ステーション*5月は5/2・9・16・23・30開催
- ◎「介護予防番組イワンケノ」毎月平日水曜日10:00-10:45
会場：ホクノスーパー2階健康ステーション*5月は5/10・17・24・31開催

5日子供の日はお休み

動画・実演で実施！

通信添削・集会活動併用

- ◎「川柳教室」三浦先生・小沢先生担当、毎月第3水曜日13:30-15:00
会場：もみじ台管理センター・郵送・ファックス・メールによる参加も可。5月は5/17開催

オンラインのみ

※※開催曜日に変更となりました。※※

- ◎「オンライン教室」毎月平日木曜日13:30-13:50
会場：ご自宅 *5月は5/11・18・25開催

※月末最終週5/25は、イベント「タオル体操」開催！

ご家庭にあるフェイスタオルを
ご準備してご参加ください。



注意

集会方式については中止になる可能性があります。参加前に、開催状況をお問い合わせください。

お問い合わせ・お申込み

厚別区介護予防センターもみじ台（松江・野知）

電話 011-898-8660

メール yobou@d-grunen.com

