

介護予防センターもみじ台 9月の活動案内



集会活動

◎「イキイキすずらん体操会」毎月平日第2金曜日 13:30-15:30

会場：もみじ台管理センター2階大ホール *9月は9/8開催

※体操会の後、15:00~15:30にて「イキイキすずらん交流会」を行います。参加者のみなさま同士、おしゃべりしませんか？
福祉の専門職へお困りごとを相談することもできます！

コロナ明け、会場貸出再開に伴い会場が変更となりました！

◎「みなみ会体操会」毎月平日水曜日の10:30~11:30

会場：ゆいま〜る地域開放スペース *9月は9/6・27開催

◎「ことぶきフレイル予防会」毎月平日第3月曜日の10:00~11:00

会場：北第一集会所 *9月は9/25開催

18日が祝日のため、25日の開催となります。

◎「すこやか倶楽部」毎月平日第1火曜日の13:30-14:30

会場：北第二集会所 *9月は9/5開催

◎「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 9月は9/1.8.15.22.29開催

※8日は太極拳、22日は体力測定を行います。

※体育館にて行いますので、上靴をお持ちください。

9/12をもって終了となります。
ご参加いただきありがとうございました。

◎「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*9月は9/5・12開催

水曜⇒木曜に変更になりました。

◎「介護予防番組イワンケノ」毎月平日木曜日 10:00-10:45

会場：ホクノスーパー2階健康ステーション*9月は9/7・14・21・28開催

通信添削・集会活動併用

◎「川柳教室」三浦先生・小沢先生担当、毎月平日第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。*9月は9/20開催

オンラインのみ

◎「オンライン教室」毎月平日木曜日 13:30-13:50

会場：ご自宅 *9月は9/7.14.21.28開催

※月末最終週9/28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：集会在中止になる場合があります。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・大場）

電話 011-898-8660

メール yobou@d-grunen.com

