

別紙7

クラブ活動計画

クラブ名	活動日時	活動内容
ペタンク・輪投げクラブ	毎週日曜日 10:45～11:15	手軽に楽しめるスポーツであるペタンクと輪投げに取り組み、介護予防、ADL低下の予防、機能訓練・筋力維持を考えながら、無理なく身体を動かすクラブです。
カラオケクラブ	第1・3日曜日 14:00～15:00	カラオケを通じて、声を出す機会を増やし、皆さんで楽しむクラブです。
わらべ唄クラブ	第1・3木曜日 14:30～15:30	皆さんで一緒に声を出し、昔懐かしい童謡を楽しむクラブです。
書道クラブ	月2回火曜日	講師の指導により、四季にあった題材を取り上げ、書を楽しむクラブです。
麻雀クラブ	毎週火・水・土曜日 12:30～16:30	脳のスポーツ「麻雀」を、明るく競い合い、楽しむクラブです。
手芸クラブ	毎週水曜日 14:00～15:00	時間をかけてじっくりと作品作りに取り組み、手芸の楽しさを感じるクラブです。作品作りを通して、入居者同士の交流も深めていきます。
サークルリリィ	第3土曜日 14:00～15:00	ケアハウス内の装飾品や他クラブ活動・行事等で使用する用品の創作活動を行います。また、ベルマークの収集も行います。
園芸クラブ	随時	敷地内の花壇、建物内共用エリア(ウッドデッキ等)で、季節の草花や野菜を栽培し、皆さんで楽しむクラブです。