

# それいゆだより 8月号



令和6年8月1日発行

## スクエアステップクラブ始めます！

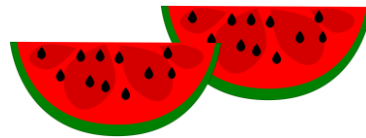
マットを使用して楽しみながら介護予防を行う、スクエアステップを  
毎週木曜日10:45~約30分程度行います

激しい運動ではありませんが、手足を使うので動きやすい服装と  
かかとのある靴でご参加ください  
みんなで一緒に楽しみながら、体を動かしましょう



## 真夏のお茶会を実施します

8/19(月)午前中にリリィクラブでお茶会の準備をして  
午後にみなさんでフルーツポンチを食べませんか  
暑い時期に冷たいおやつを食べて、涼みましょう



## 8月の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
				1 スクエアステップ クラブ	2 麻雀クラブ  健康教室	3 介護予防体操 麻雀クラブ
4 ペタンクラブ	5 麻雀クラブ	6 シャトルバス 書道クラブ	7 介護予防体操 麻雀クラブ  ミニ買物ツアー (ヤマザワ)	8 スクエアステップ クラブ  移動図書館	9 麻雀クラブ	10 介護予防体操 麻雀クラブ
11 輪投げクラブ 映画鑑賞会	12 麻雀クラブ	13 医院が休診のため シャトルバスは 運休です。 迎え火	14 介護予防体操 麻雀クラブ	15 スクエアステップ クラブ	16 麻雀クラブ  送り火	17 介護予防体操 麻雀クラブ
18 ペタンクラブ	19 麻雀クラブ  リリィクラブ 夏のお茶会	20 シャトルバス	21 介護予防体操 麻雀クラブ  ミニ買物ツアー (ヨーク)	22 スクエアステップ クラブ	23 麻雀クラブ	24 介護予防体操 麻雀クラブ
25 輪投げクラブ 映画鑑賞会	26 麻雀クラブ	27 シャトルバス 書道クラブ	28 介護予防体操 麻雀クラブ	29 スクエアステップ クラブ 移動図書館 ミニ買物ツアー (ヤマザワ)	30 麻雀クラブ	31 介護予防体操 麻雀クラブ

※行事予定は変更になる場合があります。