

我が家の奥座敷 7月の予定表

お気軽にお越しください

場所: 蔵ふと内

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
2 コミュニティカフェ 10:00～16:00 ご自由にお過ごしください	3 福老体操 10:00～11:30 コミュニティカフェ 11:30～16:00	4 コミュニティカフェ 10:00～16:00 ご自由にお過ごしください	5 コミュニティカフェ 10:00～16:00 ご自由にお過ごしください	6 脳の活性化の日 10:00～11:30 コミュニティカフェ 11:30～16:00	7・8 ご予約のみ営業 土曜のみ営業の場合あります
9 コミュニティカフェ 10:00～16:00 ご自由にお過ごしください	10 福老体操 10:00～11:30 コミュニティカフェ 11:30～16:00	11 コミュニティカフェ 10:00～16:00 ご自由にお過ごしください	12 子育てサロンPLUS どーなっつ 10:00～12:00	13 脳の活性化の日 10:00～11:30 コミュニティカフェ 11:30～16:00	14・15 ご予約のみ営業 土曜のみ営業の場合あります
16 蔵ふと営業日	17 福老体操 10:00～11:30 コミュニティカフェ 11:30～16:00	18 コミュニティカフェ 10:00～16:00 陶芸教室 13:30～15:00	19 コミュニティカフェ 10:00～16:00 ご自由にお過ごしください	20 脳の活性化の日 10:00～11:30 第9回カラオケ大会 13:00～	21・22 ご予約のみ営業 土曜のみ営業の場合あります
23 コミュニティカフェ 10:00～16:00 ご自由にお過ごしください	24 福老体操 10:00～11:00 なんでもシルバー講座 11:00～12:00	25 コミュニティカフェ 癒しとアートの体験広場 10:30～12:30	26 コミュニティカフェ 10:00～16:00 懐かしの鑑賞(予定) 13:00～15:00	27 脳の活性化の日 『第20回健康勉強会』 10:00～12:00 コミュニティカフェ	28・29 ご予約のみ営業 スペース利用 ご予約承ります
30 コミュニティカフェ 10:00～16:00 ご自由にお過ごしください	31 福老体操 10:00～11:30 コミュニティカフェ 11:30～16:00				

カラオケはお一人からご利用できます

健康麻雀は人数が集まればいつでもできます

遊び方が全く分からない方大歓迎

少しでも興味がある方、忘れてしまった方
まーじゃんは今、注目の脳トレです
認知症予防は自分から始めましょう。

金曜日はラフターヨガ & シナプソロジー
楽しく笑って、脳トレして元気になっちゃいましょう！

12日は**子育てサロンPLUS どーなっつ**です。
子育てを話題として楽しくおしゃべりしましょう。
今月は『**食品添加物を知ろう！**』です

18日は『**第3回陶芸教室**』を開催。
参加希望の方は**7月17日まで**
に申し込みください。

参加費1,200円(材料費込)

20日は『**第9回カラオケ大会**』を開催。
参加希望の方は**7月18日(火)まで**
に申し込みください。

参加費800円 (ソフトドリンク付)

- * 24日は沼田市出前講座
「**なんでもシルバー講座**」を開催します。
- * 25日は**癒しとアートの体験広場**
ゆったりとした時間を過ごしましょう。
- * 27日は介護福祉士による
『**第20回健康セミナー**』を開催します。
参加お待ちしております。無料です