

★おさんぽ カフェ

どなたでもお気軽に
お立ち寄りください



	日向	麻績	合同
4月	10日	24日	
5月	8日	29日	
6月	12日	26日	
7月			24日
8月			7日
9月	11日	25日	
10月	16日	30日	
11月	6日	27日	
12月			25日
1月			29日
2月			26日
3月	11日	25日	

日向：ゆりの木公園テレワークセンター
麻績：麻績の学び舎
合同：ゆりの木公園テレワークセンター
材料費200円 9時30分～

★楽食研究会 《ちよいたし》で

免疫力&
筋力あっぷ!



★脳楽くらす

4月	12日	(水)
5月	10日	(水)
6月	7日	(水)
7月	12日	(水)
8月	9日	(水)
9月	6日	(水)
10月	11日	(水)
11月	8日	(水)
12月	6日	(水)
1月	10日	(水)
2月	7日	(水)
3月	6日	(水)

麻績村福祉センター
みたらしの湯
参加費110円9時30分～

お申し込み
お問い合わせは
麻績村社協
67-3099
お気軽に
ご連絡ください



★口腔教室

いつまでも
おいしく
ごはんを
食べることに
するために



★リハトレ教室

毎月最終水曜日 午前の部 9~12時
午後の部 13~16時

※ 1回あたり30分程度
個別または少人数で対応します
麻績村社協 会議室

身体に合った
ストレッチや
トレーニングを
一緒に考えましょう



★楽健 スポーツ 教室

楽々健康
ニュースポーツに挑戦!



4月	17日	(月)
5月	22日	(月)
6月	19日	(月)
7月	3日	(月)
8月	21日	(月)
9月	28日	(木)
10月	23日	(月)
11月	13日	(月)
12月	18日	(月)
1月	22日	(月)
2月	19日	(月)
3月	18日	(月)

地域交流センター 3階
参加費110円
9時30分～

★男前道場 健康麻雀教室

前頭葉をフル回転!

毎月第1木曜日
男性限定
毎月第3木曜日
男性・女性
9時30分～

麻績村福祉センター みたらしの湯
参加費 110円(送迎・昼食代込み)



★脳トレ教室

頭を使って、自分で作る。
日常使えるもの。
楽しむもの。
楽しみながら脳を活性化!



ゆっくりおしゃべり、もの作り
楽しい一日を過ごしませんか

毎週金曜日 9時30分から14時まで
麻績村福祉センター みたらしの湯
参加費 600円(送迎・昼食代込み)



4月	17日	(月)
5月	22日	(月)
6月	19日	(月)
7月	10日	(月)
8月	21日	(月)
9月	4日	(月)
10月	23日	(月)
11月	13日	(月)
12月	18日	(月)
1月	22日	(月)
2月	19日	(月)
3月	4日	(月)

地域交流センター
参加費110円+材料費
9時30分～

簡単!脳トレ
頭と体を動かして
ストレスも発散!

★うちの縁側

