



7月の活動予定

※変更となる場合があります。ご理解とご協力をお願い致します。

- ・あんしん安全ネットワーク、健康づくり運動教室、ふれあい健康クラブ、サロン活動は事前の登録が必要です。
- ・おもちゃライブラリーは0歳～幼稚園未就児とその保護者が対象です。事前の登録は必要ありません。

あんしん安全ネットワーク部		ボランティアふれあい活動部		ふれあい健康づくり部	
活動予定日	内容	おもちゃライブラリー日程 (火・木 10:00～11:30)		健康づくり運動教室 (火 13:15～16:00)	ふれあい健康クラブ (金 10:00～11:30)
7/11 (月)	部員会 (ネットワーク会議)	7/ 5 (火) ミュージックケア	7/ 7 (木) 七夕まつり	7/12 (火) 体験体操 じきようじゅつ 「自彊術」	7/ 8 (金) ミュージックケア
7/26 (火)	ふれあい再生 資源回収	7/12 (火)	7/14 (木)		
(あんしん安全ネットワーク 登録者対象 ・みまもり訪問活動 ・みまもり強化事業活動)		7/19 (火)	7/21 (木) プール遊び①	7/26 (火) 体操B第1回	7/22 (金) Newバゴーン
		7/26 (火) プール遊び②	7/28 (木)		

サロン活動

サロン名	内容	開催日	場所
生きいきサロンお茶のみ会	フラダンス鑑賞とウクレレ演奏	7/11 (月)	金沢交流センター
金沢おしゃべりサロン	健康講話(フレイル予防のための食生活)・健康体操	7/12 (火)	金沢集会所
椿クラブ	健康講話(転倒予防)・お誕生会	7/13 (水)	根道ヶ丘集会所
ふれあいサロンさくら	シルバーリハビリ体操・折り紙で楽しもう	7/4 (月)	金沢交流センター
ハピスロ	スマホ勉強会・ストレッチでしなやかに	7/18 (月)	台原集会所

ふれあいサロン「ハピスロ」が新設されました!

これからの人生をゆっくりと幸せな気持ちで過ごそう!!とハピースロー(ハピスロ)と名付けました。毎月第3月曜日に台原集会所で開催しています。

5/16 リハビリ体操と輪投げ



近くに友達ができ良かった～や、楽しかった～などの声が皆さんからありました。

「健康づくり運動教室」の実施時間が7月から変わります!

毎月第2・4火曜日の午後二つの班に分けて75分ずつ実施していましたが、7月から1班・2班合同で行います。実施時間は下記の通りです。

会員の方にスケジュール表をお渡しします。

[実施時間: 13時30分～15時00分(90分)]



使用済み切手・書き損じハガキの寄付へのご協力ありがとうございます!

使用済み切手・書き損じハガキが、回収ボックスからあふれそうになるほどたくさん集まりましたので、日立市社会福祉協議会の方に回収して頂きました。

回収された使用済み切手・書き損じハガキは、日立市社会福祉協議会を通して茨城県社会福祉協議会へ届けられ、換金等の後にボランティア活動の推進に利用されます。

引き続き、ご協力をよろしくお願いいたします。

