

9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。

月	火	水	木	金	土	日
おもちゃライブラリー（毎週火・木10:00～11:30） 健康づくり運動教室（第2,4火13:30～15:00） ふれあい健康クラブ（第2,4金10:00～11:30）				1	2	3
4	5 おもちゃライブラリー	6	7 おもちゃライブラリー	8 ふれあい健康クラブ	9	10
11 生きいきサロンさくら ハピスロ	12 おもちゃライブラリー 健康づくり運動教室 金沢おしゃべりサロン	13 椿クラブ	14 おもちゃライブラリー	15	16	17
18（敬老の日） フリーマーケット	19 おもちゃライブラリー ふれあい再生資源回収	20	21 おもちゃライブラリー	22 ふれあい健康クラブ	23	24
25	26 おもちゃライブラリー 健康づくり運動教室	27	28 おもちゃライブラリー	29	30	

・おもちゃライブラリーは0歳～幼稚園未就児と保護者が対象です。
・ふれあい再生資源回収は、登録した方が対象です。

	サロン名	内容	開催日	場所
サ ロ ン 活 動	生きいきサロンさくら	シルバーリハビリ体操 健康講話（認知症予防講話）	9/11（月）	金沢交流センター
	金沢おしゃべりサロン	音楽の森（オカリナ演奏）	9/12（火）	金沢団地集会所
	椿クラブ	シルバーリハビリ体操・脳トレ マジック・踊り鑑賞	9/13（水）	根道ヶ丘集会所
	ハピスロ	ポッチャもどきで遊ぼう・茶話会	9/11（月）	台原団地集会所

ふれあい健康づくり部

『ふれあい健康クラブ』『健康づくり運動教室』の活動を通して、参加者の運動機能の維持向上・フレイル予防・健康寿命を延ばすためのお手伝いをしております。



活動に協力して下さっている推進員・ボランティアの皆さんです。参加者の皆様と元気に会えるのを楽しみに活動しています！



今年度から推進員になった金川さんです。
看護師をしていた経験を生かして、参加者の健康チェックをしていきます。

フリーマーケット開催！

2023年9月18日（月）10時00分～14時00分

金沢交流センター 多目的ホール

表面の「金沢交流センターだより」もご覧下さい！