

令和4年度

常盤平地域包括支援センター

11月の行事予定

運動

介護予防教室

①『松戸の秋を楽しもう！ 楽々ウォーキング』

日にち：11月6日（日）
時間：11：00～
会場：森のホール21から
テラスモール松戸
（10：45森のホール入口前集合）

②『OH！げんき体操教室』

日にち：11月8日（火）
時間：10：00～11：30
会場：常盤平市民センター
（ホール）

◇オンライン配信予定

自分の体力を把握しよう！！

③『体力測定会』

日にち：11月10日（木）
時間：10：00～11：30
会場：常盤平市民センター
（ホール）

※持ち物：タオルと飲み物
（①②③共通）

霜月

<< お申込み・お問合せ >>

常盤平地域包括支援センター

常盤平高齢者いきいき安心センター

TEL:047-330-6150

FAX:047-330-6260

☆私たちは、おおむね65才以上の方の相談支援活動をしています

※各教室ともに定員になり次第受付が終了となる場合がありますのでご了承ください。協力：常盤平高齢者支援連絡会

つどい

🍊オレンジ協力員活動協力🍊

カフェゆうかり

（毎月1～2回月曜日）

会場：はれの日サロン

西友常盤平店5階

時間：13：00～15：00

※開催日はお問い合わせください

運動

🍊オレンジ協力員活動協力🍊

①『ゆるゆる太極拳』

日にち：11月11日・25日（金）

時間：10：00～11：00

会場：常盤平中央商店会のぞみの広場

※どちらか1回、太極拳終了後に希望者のみ
パトウォーク（地域の見守り活動）実施予定

②『フォレストウォーキング』

日にち：11月30日（水）

時間：13：30～15：00

会場：21世紀の森と広場公園内

（森のホール前13：15集合）※雨天中止

※持ち物：タオルと飲み物（両日）

つどい

介護者のつどい

日にち：11月29日（火）

時間：13：30～15：30

会場：常盤平5-2-2

パスレルコート1階カフェ

※カフェのお茶代は別途かかります

相談会

出張包括相談会

①ファミリーマート 牧の原店

日にち：11月4日（金）

時間：10：00～11：00

②アイセイ薬局八柱店

日にち：11月16日（水）

時間：13：30～15：30

つどい

おとこ同士の話を楽しもう！！

俺の焚火

日にち：11月7日（月）

時間：13：00～15：00

会場：21世紀の森と広場

バーベキュー会場

※参加費あり ☂雨天中止