

おたっしゃ介護予防教室 経田教室

令和元年11月行事予定



< お問い合わせ >

社会福祉法人 魚津市社会福祉協議会
 おたっしゃ介護予防教室 新金屋教室 TEL 24-3241
 経田教室 TEL 新金屋教室へ
 当協議会ホームページ <http://www.uoshakyo.net>

日	月	火	水	木	金	土
					1 休館	2 体操
3 休館	4 休館	5 体操	6 休館	7 体操 押し絵(1回目)	8 休館	9 体操
10 休館	11 休館	12 体操	13 休館	14 体操 押し絵(2回目)	15 休館	16 体操
17 休館	18 休館	19 体操	20 休館	21 体操・料理 懐メロクラブ	22 休館	23 休館
24 休館	25 休館	26 体操	27 休館	28 体操 折り紙	29 休館	30 体操



体操は、毎週火曜日・木曜日・土曜日の
10時から行っています。
みんなで楽しく体操しましょう。



押し絵
 (1回目) 7日(木)
 (2回目) 14日(木)
 いずれも13時～
 来年の干支のねずみを作ります。

講師 野村先生



料理

21日(木)
11時30分～

(メニュー)
 鮭のホイル焼き・大根サラダ・胡麻
 豆腐・玉ねぎとわかめのみそ汁
 ・りんご



懐メロクラブ

21日(木) 14時～

講師 ニューリバー歌謡倶楽部



折り紙

28日(木) 13時～
 クリスマスの飾りを折ります。

