

# サンシャイン 北栄サロンのご案内

2018年  
10・11月

毎週 木曜日 10時から 12時まで

毎週木曜日 10時から 12時まで、デイサービスセンターサンシャイン隣のホールを開放致します！北栄地区にお住いの皆様の交流の場、生きがい活動に参加できる場として、気軽に立ち寄れる場所になればと考えております！

10.11月は下記のプログラムを予定しておりますので皆様のご参加お待ちしております。  
介護のご相談もお受けしております！

お願い 上靴をご持参ください

10時～11時

毎回実施!! 健康体操



11時～12時 (日にちによって内容が異なります)

10/18

11/15

カラオケ・脳トレ

新旧多くの曲が入っています！  
(約9万曲) カラオケの  
他に多数の体操が  
あります！

皆でカラオケを  
楽しめませんか？



10/11

11/8・29

卓球

運動不足の方、身体を動かし  
て交流しま  
せんか？



10/4

11/1・22

麻雀クラブ

飲まない・吸わない・  
賭けない麻雀教室です。  
脳の活性化にも  
役立ちます！



要予約

10/28(日) 秋の余市バスツアー



参加料 1回につき 参加料100円を頂戴いたします

10/25…お休み

★サロンの活動のお手伝いをして下さる方も募集しております★



サンシャイン北栄サロン

デイサービスサンシャイン隣 1階ホール

住所：東区北26条東8丁目2-1

TEL：011-733-6700

担当：医療法人社団豊生会デイサービスセンター  
サンシャイン福井（ふくい）

# 2018年10月・11月プログラムカレンダー

毎週木曜日 10時から12時まで開放しております

## 2018年10月イベント予定

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4 健康体操+ 麻雀クラブ	5	6
7	8 体育の日	9	10	11 健康体操+ 卓球	12	13 山の日
14	15	16	17	18 健康体操+ カラオケ・脳トレ	19	20
21	22	23	24	25 お休み	26	27
28  バスツアーア	29	30	31			

## 2018年11月 イベント予定

日	月	火	水	木	金	土
				1 健康体操+ 麻雀クラブ	2	3 文化の日
4	5	6	7	8 健康体操+ 卓球	9	10
11	12	13	14	15 健康体操+ カラオケ・脳トレ	16	17
18	19	20	21	22 健康体操+ 麻雀クラブ	23 勤労感謝の日	24
25	26	27	28	29 健康体操+ 卓球	30	