

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みませんか？

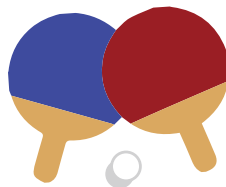


10/11

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	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	