

れいおねん
令和4年

ちょうふだぞう6月の予定

いすでエクササイズ 4日(土)

椅子に座りながらできる簡単な体操をしますよ

時間:①午前10時から10時40分
②午前11時から11時40分

※①と②は
みな 内容が
同じ内容です

場所:ちょうふだぞう活動室

講師:池田奈奈重氏

持ち物:動きやすい服装・飲み物



定員:5名

申し込み期間:5月25日(水)~5月30日(月)

ごみの分別の仕方 4日(土)

職員と一緒に調布市のゴミの分別ルールを学びましょうよ

時間:午後2時から2時40分

場所:ちょうふだぞう活動室

定員:5名

申し込み期間:5月25日(水)~5月30日(月)



☆職員と一緒に
行きますよ

かっこよく健康講習会 11日(土)

時間:午前10時から11時

いつもと場所が違います

場所:こころの健康支援センターこかげ※現地集合・現地解散

内容:筋力測定 講師:保健師 増田理恵氏

定員:8名

申し込み期間:6月1日(水)~6月6日(月)



お習字をしよう 11日(土)

墨と筆を使って文字を書いてみよう!

初めての方も職員がサポートします!

時間:午後2時から2時40分

場所:ちょうふだぞう活動室

定員:5名

※墨を使うので汚れてもよいエプロンなどあればご持参ください。

申し込み期間:6月1日(水)~6月6日(月)



☆職員と一緒に
行きますよ

音楽教室 18日(土)

時間:①午前10時から10時40分

②午前11時から11時40分

※①と②は
おな 内容が
同じ内容です

場所:ちょうふだぞう活動室

講師:佐藤倫子氏

定員:6名

申し込み期間:6月8日(水)~6月13日(月)

ものづくり 25日(土)

「オリジナルシール」を作りますよ

絵の具やペンを使ってお気に入りのシールを作しましょうよ

時間:午前10時から11時

場所:ちょうふだぞう活動室

定員:5名

※参加費無料

申し込み期間:6月15日(水)~6月20日(月)



☆職員と一緒に
行きますよ

ミニさんぽ 18日(土)・25日(土)

雨天の場合は、活動室で簡単な体操をする予定です

時間:午後2時から2時30分

集合場所:国領駅改札口 ※現地集合・現地解散

持ち物:タオル・飲み物 定員:6名

※18日・25日どちらに参加希望がお伝えください

申し込み期間:6月8日(水)~6月13日(月)



★おこづかい帳 毎週土曜日

午前11時から12時

場所:ちょうふだぞう開放スペース

★学習会 11日(土) 25日(土)

学習会 ①午後3時から3時45分 定員3名

学習会 ②午後4時から4時45分 定員3名

場所:ちょうふだぞう活動室

担当:竹本安治氏

11日の申し込み:6月1日(水)~

25日の申し込み:6月15日(水)~



★パソコン練習会 4日(土) 18日(土)

午後4時から5時

場所:ちょうふだぞう活動室

担当:竹内弘子氏

定員3名

4日の申し込み:5月25日(水)~

18日の申し込み:6月8日(水)~



◆コロナウィルス感染症拡大防止のため、音楽の会・楽しむ会・

好きな曲を歌う会は、しばらくの間お休みさせていただきます。

申し込みは生活支援担当まで TEL042-487-4655【電話受付は午前9時から午後6時30分です】 FAX042-487-7899

※毎週日曜日は定休日です。 ※市内在住の方が優先です。