

くらしのサポートセンターえきまえ 9月のカレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4	5
午前			9:45~14:45 お茶の間サロン	10:00~11:00 歌声		10:00~11:30 絵手紙とアートの時間	休
午後			おらん家	13:30~15:00 体に効く体操			
	6	7	8	9	10	11	12
午前		10:00~11:00 つながリズムと脳トレ	9:45~14:45 お茶の間サロン	10:00~11:00 ミュージックケア	10:00~11:00 ゆっくりゆったりヨガ	9:45~11:15 ぴーすわーくの時間 (事前申込・材料費がかかります)	休
午後	休	13:00~15:30 男の茶の間	おらん家		—		
	13	14	15	16	17	18	19
午前		10:00~11:00 つながリズムと脳トレ	9:45~14:45 お茶の間サロン		10:00~11:00 みんなの茶の間	休館日	休
午後	休	13:00~15:30 男の茶の間	おらん家	13:30~15:00 体に効く体操			
	20	21	22	23	24	25	26
午前					10:00~11:00 ゆっくりゆったりヨガ		休
午後	休	敬老の日	国民の休日	秋分の日	—		
	27	28	29	30			
午前		10:00~11:00 つながリズムと脳トレ	9:45~14:45 お茶の間サロン	9:30~11:30 オレンジカフェ・えきまえ			
午後	休	13:00~15:30 男の茶の間	おらん家				

※お車でお越しの方は『ふれあい駐車場』（産業文化会館向かい）をご利用下さい。

※プログラムは都合により変更になることがありますので、ご了承ください。

お問い合わせ先
くらしのサポートセンターえきまえ
NPO法人 トライネット
柏崎市役所 介護高齢課
☎0257-41-6583
☎0257-47-7229
☎0257-43-9125