



いこいの家7月号

※要申込（電話でも申込みできます） その他はご自由にご参加ください

利用について 開館時間：9時～17時 ※キッズルームは10時～16時
 休館日：毎週水曜日・祝日・12/29～1/3
 入浴利用：（男性）日・火・金 （女性）月・木・土
 針の貸出：10:00～（事業によっては13:15から）

☆問い合わせ先：多世代交流センター憩の家

三養基郡基山町宮浦 1026-1 TEL92-8295 FAX85-9965

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
★入館にあたってのお願い★ 入館の際には入り口のアルコールで消毒の上、検温、換気にご協力をお願い致します。			休館	10:00 クラフト※	10:30 きやま元気サークル	
5	6	7	8	9	10	11
	10:00 クラフト※ 13:00 気功 13:30 健康相談	11:00 レクリエーション 13:00 リフォーム教室※	休館	11:00 ふまねっと	10:00 シニアクッキング※ 10:30 きやま元気サークル	
12	13	14	15	16	17	18
	10:30 ミニ講座 12:00 すまいるフォト※	10:00 チクチク工房	休館	10:00 手芸サークル※ 11:40 NPO わかば販売	10:00 手芸サークル※ 10:30 きやま元気サークル	10:00 手芸サークル※ 11:30 親子でリトミック
19	20	21	22	23	24	25
10:00 おとこの料理※	10:00 手芸サークル※ 13:00 気功	10:00 手芸サークル※	休館	休館	休館	
26	27	28	29	30	31	
	13:00 リフォーム教室※	10:00 ワークショップ※ 11:30 音楽あそび 13:15 チクチク工房定例会	休館	10:00 折り紙※	10:00 シニアクッキング※ 10:30 きやま元気サークル	

★憩の家利用について★

コロナウイルス感染拡大防止のため館内マスク着用で三密にならないよう座席数を減らしての利用となります

- ・音楽室・・・マスク着用、利用人数5名まで 利用時間1時間 除菌ペーパーをご持参ください
- ・お風呂・・・同時に2名様まで

★お知らせ★

針の貸出は午前中から利用可能になりました 事業によっては貸出できない日もありますので、事前にご確認ください
また、手芸道具の貸出は有料となります(サークル時は不要)チケットをお買い求めのうえ、借用ください
尚、針の持ち込みは固く禁止しております



「夏かごバッグ」

新型コロナウイルス感染予防の為、事業は三密を配慮し、少人数制で対応させていただきます
皆様のご協力をよろしくお願いいたします



手芸サークル

★キッズルーム利用について★

新型コロナウイルス感染予防の為 安全に利用できるように当面の間、1回の利用人数を20名とさせていただきます
利用人数によっては変更になることもあります 皆様のご協力をよろしくお願いいたします

平日・・・10:00～11:30/13:30～15:00

土・日・・・10:00～11:30/13:00～14:00/15:00～16:00



折紙 「金魚」

事業名		実施場所	日時		参加者	募集事項・内容
レク ・ 体 操	筋力アップ体操「きやま元氣サークル」 ・10時から血圧測定を行います	多目的① 多目的②	毎週金曜日	10:30～11:30	シニア	重りを付けゆっくりした動作を行う事で筋力をつけていきます 座って行います(百歳体操)
	レクリエーション(カトレアシスターズ)	多目的②	7日(火)	11:00～12:00	どなたでも	ゲームや音楽体操、脳トレ
	気功教室	大広間	6日・20日(月)	13:00～13:30	どなたでも	音楽に合わせて座ってできる15分程度の気功
	ふまねっと	多目的②	9日(木)	11:00～12:00	どなたでも	四角いマスを歩きながら脳トレ運動
相 談	健康相談(保健師)	ラウンジ	6日(月)	13:30～15:30	どなたでも	保健師による血圧測定、相談
	知って得するミニ講座(包括支援センター)	大広間	13日(月)	10:30～12:00	どなたでも	認知症予防 ～パート①～
料 理	シニアクッキング ※要申込 「食生活の知恵を身につけよう」	調理室	10日・31日(金)	10:00～12:00 ★7/2～受付開始します	シニア	募集人数…各回4名 材料代…500円程度(材料により値段がかわる事もあります) 持参するもの…米1/2・エプロン・三角巾・飲料
	おとこの料理 「豚肉となすの味噌炒め 他」	調理室	19日(日)	10:00～12:00	男性	募集人数…4名 参加費…500円程度(材料により値段がかわる場合もあります) 持参するもの…米1/2・エプロン・三角巾・飲料
手 芸	クラフト「夏かごバッグ」 ※要申込	ラウンジ	2日(木)・6日(月)	10:00～12:00	どなたでも	募集人数…各日8名程度 参加費…1,100円 持参するもの…ボンド、ハサミ、洗濯ハサミ、えんぴつ
	リフォーム教室(前回の続き) ※要申込	多目的①	7日(火)・27日(月)	13:00～15:30	どなたでも	募集人数…4名 参加費…1,200円(謝礼、材料費、内ミシン代200円)
	手芸サークル「手帳ケース」 ※要申込 10時から12時まで少人数制で行います	多目的①	16日～21日(木～火)	10:00～12:00 ★17日のみ交流スペース	どなたでも	募集人数…各日8名程度 参加費…1,200円(表布、ペーパーライナー代) 持参するもの…生成り糸、しつけ糸
ワ ー ク	カメラ「すまいるフォト」 ※要申込	多目的① 多目的②	13日(月)	12:00～17:00	どなたでも	募集人数…4名 参加費…2,000円(撮影代、ヘアメイク込み) 2Lサイズ台紙付き写真+すべての撮影データDVDをお渡しします
	ワークショップ「布マスクづくり」 ※要申込	多目的②	28日(火)	10:00～11:30	どなたでも	募集人数…3名程度 材料代…300円
多 世 代	親子でリトミック	多目的②	18日(土)	11:30～12:00	どなたでも	音楽に合わせてリズムをとり、歌ってみましょう
	折紙「金魚」 ※要申込	多目的①	30日(木)	10:00～12:00	どなたでも	材料代…100円 募集人数…5名
	音楽あそび	ラウンジ	28日(火)	11:30～12:00	どなたでも	童謡や季節の歌を歌ったり楽器で遊びます