



平成 27 年 10 月 ひつじCafé予定表



日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
	茶話会		体をリラックスさせる 体操			
11	12	13	14	15	16	17
			椅子に座って踊る 			
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31
 	食事会		椅子に座って踊る 			

- ◎ひつじcafe.....日、火、木の週3日 10時～13時までです。コーヒー一杯100円です。
- ◎ふまねっと運動.....12日、19日(月)の13:30～15:00です。
- ◎椅子に座って踊りましょう...14日、28日(水) 13:30～15:00 ひつじcafeの近くの滝浦先生が講師です。
- ◎口と歯の話、実技.....17日 13:30～14:30 愛仁歯科の本間歯科衛生士さんが講師です。
- ◎太極拳を学ぼう.....25日 13:30～14:30 大学生の内田さんが教えてくれます。
- ◎体をリラックスさせる体操...7日(水)の13:00～14:00 深谷はり灸接骨院の深谷先生が教えてくださいます。
- ◎食事会...26日(月)の11:00～13:00

★ひつじcafeは川崎市が国から受託した地域善隣事業を、NPO法人楽に委託している事業の一環の活動です。  
住いを紹介してほしい、住いの保証人が居なくて転居できない等住まいに関する事。  
生活上での小さな困りごとなど(電気の球が切れた、ごみを捨てに出られない)ありましたら、ご相談ください。