



平成 28 年 1 月

ひつじCafé予定表



日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					❄️冬休み❄️ ❄️冬休み❄️	
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
					椅子に座ったまま できる踊り	
17	18	19	20	21	22	23
						新年会
24/31	25	26	27	28	29	30
	茶話会				椅子に座ったまま できる踊り	家族会

- ◎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.....11日、18日(ともに月曜日)13:30～ 頑張らなくていい、間違ってもいい。誰でも気軽に参加できる運動です。
- ◎椅子に座って踊りましょう...15日、29日(ともに金曜日)13:30～ 椅子に座ったままでもできる日舞を教えてください。
- ◎太極拳を学ぼう.....10日(日)13:30～14:30 学生さんに教えてもらいながら、楽しく太極拳を学びましょう。

※1月は、3日(日)から営業します。



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

