



















平成 28 年 4 月

ひつじCafe予定表



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

◎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.....6日(水)、18日(月) 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...8日、22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.....24日(日) 13:30～。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。

◎お餅パーティー...17日(日) 13:30～。

◎食事会...11日(月) 11:30～。

★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、ごみを捨てに不出られない)などありましたら、ご相談ください。

