



| | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|-------|-----------------------|--------------|------------------------|-------------------------|------------------------------|-------|
| AM | | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 昼食 | | | お休みです | 手ぶら 鮭のムニエル | お休みです | 特殊詐欺注意喚起 | お休みです |
| PM | | | | 脳トレ 茶話会 | | 八宝菜 モルック お誕生日会 健康麻雀 | |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | | |
| AM | | | | 初心者歓迎 口腔体操 検温・血圧 | はつらつ体操 | 口腔体操 検温・血圧 | |
| 昼食 | お休みです | お休みです | あじの野菜あんかけ | | 肉団子の中華あん | | お休みです |
| PM | | 秋 能勢 栗拾い遠足 | お休みです | ハーモニカ ギター教室 健康麻雀 | (安威公民館) | 認知症予防 レクリエーション | |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | |
| AM | | フレイル 口腔体操 検温・血圧 | 手ぶら 煮込みハンバーグ | | 口腔体操 検温・血圧 | 白身魚フライ | お休みです |
| 昼食 | お休みです | 回鍋肉 | お休みです | つむぎ's kitchen | お休みです | モルック | |
| PM | | 身体機能測定 健康麻雀 | 麻雀 | 茶話会 | | PCスキルアップ 茶話会 | |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | |
| AM | | 口腔体操 検温・血圧 | お休みです | 口腔体操 検温・血圧 | はつらつ体操 | 口腔体操 検温・血圧 | お休みです |
| 昼食 | お休みです | あじフライ | お休みです | 牛すき煮 | (安威公民館) | 鶏つくね煮 | |
| PM | | おと楽塾 | 麻雀 | タブレット | | 認知症予防 レクリエーション | |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | | |
| AM | | 口腔体操 検温・血圧 | 手ぶら | 口腔体操 検温・血圧 | 脳活 アンチエイジング | | |
| 昼食 | お休みです | カレーライス | お休みです | ポトフ | 身体 積極的に 動かしていますか? | | |
| PM | | フレイル予防体操 カラオケ | 麻雀 | 脳トレ モルック | | | |

※食事は予告なく変更になる場合がございます。

< つむぎ のオススメEVENT >

- 特殊詐欺注意喚起講話 by 茨木市消費者センター4日(金)
- 能勢栗拾い遠足 7日(月)
- ハーモニカ 9日(水) 13:00
- 認知症予防レク 11日、25日(金) 13:00
- フレイル身体機能測定 14日(月) 13:00
- 紡希kitchen きなこ餅づくり 16日(水)
- PCスキルアップ 18日(金) 13:00
- おと楽塾 21日(月) 13:00
- タブレットで遊ぼう 23日(水) 13:00
- フレイル予防体操・お誕生日会 28日(水) 13:00

◎ご利用料金

| 利用時間 | 組み合わせ | 料金 |
|-------------|-------|------|
| 11:00~13:00 | AM+昼食 | 600円 |
| 12:00~16:00 | 昼食+PM | 800円 |
| 13:00~16:00 | PM | 300円 |
| 11:00~16:00 | 終日+昼食 | 850円 |

開所日：月・水・金

SNS版

花たより Start



LINE 公式アカウント
お友達募集中!



裏面にイベント情報

HOME PAGE

コミュニティデイハウス

紡希の庵



マスク着用



手洗い励行



手指消毒



Social Distance



換気でさわやか

Check!



〇〇の秋



利用者様や
スタッフと一緒に皆で秋を満喫しています



今月の行事予定

行楽の秋

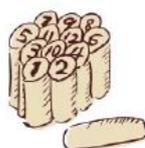
能勢栗拾い遠足
10月7日(月)

Coming Soon



MÖLKKY®

11月 予定 Coming Soon



芸術の秋

認知症予防レクリエーション
『重曹アート』

スポーツの秋

『第2回 紡希モルック大会』

紡希' Kitchen
『きなこ餅づくり』



食欲の秋

10月16日(水)
Coming Soon

交流の秋

In 福井幼稚園

音楽の秋

コンサート



11月11日(月) 14:00~

サークルコスモス様

「秋バテ」対策3つの
睡眠をしっかりとる。
運動習慣により
自律神経のバランスを
整える。
胃腸に負担をかけずに
栄養をとる。

