

2 Feb.

# つむぎの花便り

2月号

Happy New Year 2025



	日	月	火	水	木	金	土
AM							
昼食						縁起感謝	お休みです
PM							
2 AM		3	4	5	6	7	8
昼食	お休みです	フレイル 口腔体操 検温・血圧 節分お寿司 フレイル予防体操	お休みです	EVENT 口腔体操 検温・血圧 味噌ヒレカツ	お休みです	口腔体操 検温・血圧 あじの南蛮漬け	お休みです
PM		身体機能測定		BDチョコ作り 茶話会		桶つと卓球 健康麻雀 お誕生日会	
9 AM		10	11	12	13	14	15
昼食	お休みです	口腔体操 検温・血圧 エビフリッター	お休みです	初心者歓迎 口腔体操 検温・血圧 牛すき煮	はつらつ体操	口腔体操 検温・血圧 チキンのクリームソース	お休みです
PM		紡希シアター 「風と共に去りぬ」		ハーモニカ 健康麻雀	安威公民館	認知症予防 レクリエーション	
16 AM		17	18	19	20	21	22
昼食	お休みです	口腔体操 検温・血圧 鶏肉の味噌炒め	お休みです	特別企画 口腔体操 検温・血圧 スूपリ	脳活 アンチエイジング	口腔体操 検温・血圧 あじの野菜あんかけ	お休みです
PM		おと楽塾		みななで クロスワード 茶話会	夜中のトイレ 不安は？	モルツグ PCスキルアップ 健康麻雀	
23 AM		24	25	26	27	28	
昼食	お休みです	口腔体操 検温・血圧 豆腐の肉味噌だれ	お休みです	口腔体操 検温・血圧 豚大根	はつらつ体操	口腔体操 検温・血圧 カレーライス	
PM		カブオク 囲碁 健康麻雀		つむぎ's kitchen スマホ勉強会 健康麻雀	安威公民館	認知症予防 レクリエーション	

※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 >

- フレイル予防体操・身体機能測定 3日(月) 13:00
- BDチョコ作り 5日(水) **EVENT**
- 桶つと卓球 7日(金) 13:00 **NEW!**
- 紡希シアター 10日(月) 13:00 「風と共に去りぬ」
- ハーモニカ 12日(水) 13:00
- 認知症予防レク 14日、28日(金) 13:00
- おと楽塾 17日(月) 13:00
- 囲碁 24日(月) 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

満員御礼



裏面にイベント情報

HOME PAGE

紡希の庵

Check!

SNS版

花たより Start

LINE 公式アカウント  
お友達募集中!



マスク



手洗い励行



手指消毒



Social Distance



換気でさわやか



# NEW 2025

## CLUB ACTIVITIES

卓球



桶

are you (湯)



2 / 7

OK (桶) ??

Friday

風呂おけをラケット代わりにピンポン球を打ち合う

### 『桶ット卓球』



# ATTACK!

### 桶ット卓球の試合風景

[2人1組ダブルスで対戦]



ラケットニオケット(木桶)

桶ネット(表裏の7個)

どの面で打ってもOK!

桶は必ず両手で持つ片手打ち×

アースコート(桶)?

ナイフ投げ禁止

OK!

# すあ! はじめよう



# SMASH!