

5 May.

つむぎの花便り

5月号

2026

	月	火	水	木	金	土
AM					ダムパークライブ練習	
昼食				感謝	アジフライ	お休み
PM					桶ツト卓球	
3	4	5	6	7	8	9
AM	ダムパークライブ練習		EVENT 口腔体操 検温・血圧	麻雀	口腔体操 検温・血圧	
昼食	お休み	外食	サンドウィッチ	お休み	豚肉の生姜焼	お休み
PM	モルック		ダム野外ステージ	麻雀	認知症予防	
	ダムパークライブ練習		健康麻雀		レクリエーション	
10	11	12	13	14	15	16
AM	フレイル 口腔体操 検温・血圧		初心者歓迎 口腔体操 検温・血圧		特別内容 口腔体操 検温・血圧	
昼食	お休み	田舎煮	鶏つくね煮	はつらつ体操	郷土料理	お休み
PM	フレイル予防体操		DAMon-lineツアー ハーモニカ 健康麻雀	江ノ島 (安威公民館)	郷土料理味自慢 「九州チーム」 茨木市管理栄養士&PT	
17	18	19	20	21	22	23
AM	手づくり 口腔体操 検温・血圧		初心者歓迎 口腔体操 検温・血圧	脳活	口腔体操 検温・血圧	
昼食	お休み	BBQ Party	八宝菜	アンチエイジング	牛肉のデミソース	お休み
PM	身体機能測定		スマホ勉強会	噛む力で健康維持 『口腔ケア』	認知症予防	
	健康麻雀		健康麻雀		レクリエーション	
24	25	26	27	28	29	30
AM			手づくり 口腔体操 検温・血圧		口腔体操 検温・血圧	
昼食	お休み	エビフリッター	フライドチキン	はつらつ体操	いわしの生姜煮	お休み
PM	紡希シアター 「南極物語」		ひらがじゃん/ウクレレギター	(安威公民館)	DAM体操	
			健康麻雀	麻雀	カラオケ	

※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 >

- 桶つと卓球 1日(金) 13:00
- モルック 4日(月) 13:00
- いばきたライブ 6日(月) 12:00
- 認知症予防レクリエーション 8.22日(金) 13:00
- フレイル予防体操 11日(月) 13:00
- ハーモニカ・DAMon-lineツアー 江ノ島 13日(水) 13:00
- 郷土料理味自慢『九州編』 15日(金) 11:00
- BBQ/身体機能測定 18日(月) 13:00
- スマホ勉強会 20日(水) 13:00
- 紡希シアター 25日(月) 『南極物語』 13:00
- ひらがじゃん 27日(水) 13:00
- DAM体操 29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

SNS版

LINE 公式アカウント
お友達募集中!



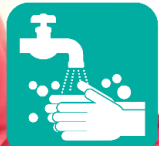
HOME PAGE

紡希の庵

Check!



マスク着用



手洗い励行



手指消毒



Social Distance



換気でさわやか



皆と一緒に地元九州の料理を楽しもう♪

第2弾



OPEN!

5月15日(金) 11:00 start



名物

TEAM

九州のうまいもん
KYUSHU NO UMAIMON



九州のうまいもん
九州の味を
みんなで楽しむ



LOVE KYUSYU

出身地
TEAM 対抗
GOURMET
Grand Prix

5月25日(月)

11:00 start

BBQ de
tanosimou



5月6日(水)

11:00 start

DAM GW オンステージ



本場鹿児島

出身地は



第3弾



次回予告



コミュニティデイハウス紡希の庵 〒567-0001 茨木市安威2-13-3

TEL 072-629-7463 E-mail info@tsumugi-an.org
FAX 072-629-8542 web https://tsumugi-an.org

