

8 Aug.

つむぎの花便り

8月号

フレイル



2026
100th Anniversary

	日	月	火	水	木	金	土
AM	2	3	4	5	6	7	
昼食	お休み	口腔体操 検温・血圧 手ぶ チーズビビンバ	お休み	初心者歓迎 口腔体操 検温・血圧 アソート	お休み	口腔体操 検温・血圧 揚げさばの甘酢あん	お休み
PM		紡希シアター 「黒い絨毯」		ハーモニカ 健康麻雀		認知症予防 レクリエーション	
AM	9	10	11	12	13	14	15
昼食	お休み	口腔体操 検温・血圧 外食探訪	お休み	口腔体操 検温・血圧 オムレツのデミソース	はつらつ体	口腔体操 検温・血圧 冷やし天ぷらうどん	お休み
PM		身体機能測定 モルック		ひらがじゃん/ウルフ ギター教室	(安威公民館)	桶っと卓球	
AM	16	17	18	19	20	21	22
昼食	お休み	口腔体操 検温・血圧 山形風芋煮	お休み	初心者歓迎 口腔体操 検温・血圧 味噌ダレ冷麺	脳活 アンチエイジング 百寿者の心に学ぶ 『心理』	口腔体操 検温・血圧 さばの味噌煮	お休み
PM		地域交流会 全体練習		スマホ勉強会 遠藤実記念館ツアー 健康麻雀		認知症予防 レクリエーション	
AM	23	24	25	26	27	28	29
昼食	お休み	口腔体操 検温・血圧 鶏肉といんげんの炒め物	お休み	口腔体操 検温・血圧 白身魚の竜田揚げ	はつらつ体操	口腔体操 検温・血圧 ゆで豚のごまだれ	お休み
PM		フレイル予防体操 カラオケ		ギタレレ・歌トレ 健康麻雀	(安威公民館)	DAM体操 お誕生日会	
AM	30	31	Happy Summer Here's a Nice Message for Fireworks Season				
PM	お休み	夏祭 SUMMER FESTIVAL					

※食事は予告なく変更になる場合がございます。

Fireworks Season

< つむぎ のオススメEVENT >

- 紡希シアター 3日(月)『黒い絨毯』13:00
- ハーモニカ 5日(水) 13:00
- 認知症予防レクリエーション 7.21日(金) 13:00
- 身体機能測定 10日(月) 13:00
- ひらがじゃん/ワードウルフ 12日(水) 13:00
- 桶っと卓球 14日(金) 13:00
- 地域交流会全体練習 17日(月) 13:00
- スマホ勉強会 19日(水) 13:00
- フレイル予防体操 24日(月) 13:00
- ギター・ウクレレ 26日(水) 13:00
- フレイル予防体操 24日(月) 13:00
- DAM体操 28日(金) 13:00
- 夏祭り 31日(月) 11:00

◎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!



裏面にイベント情報

HOMEPAGE



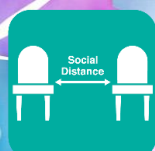
マスク着用



手洗い励行



手指消毒



Social Distance



換気でさわやか



Check!



紡希・夏の記憶

夏の 彩 花 火

第
2
回

2026

Monday, August 31, 2026



この夏、
あなたと約束する。

コミュニティデイハウス

〒567-0001 大阪府茨木市安威2-13-3
TEL 072-629-7463 FAX 072-629-8542

紡希の庵
URL <https://tsumugi-an.org>

