

令和5年 7月号

上砂川町ケアサポーターレポート



新たな仲間を絶賛募集中!!

6月17日(土) 9:00から【ふれあいチームらんまん】のポールウォーキングに参加してきました。東鶉で5月22日から活動開始したばかりのポールウォーキングのチームです。

中央ふれあいセンターで準備体操

今日はどのコースにしようかな



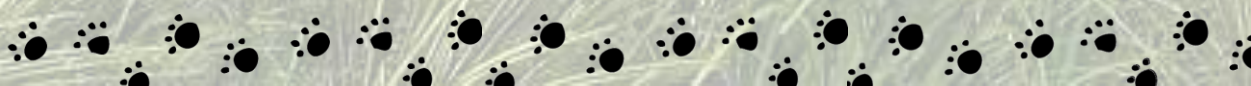
チーム名は、お花が咲き誇る時期に活動が始まったことに由来

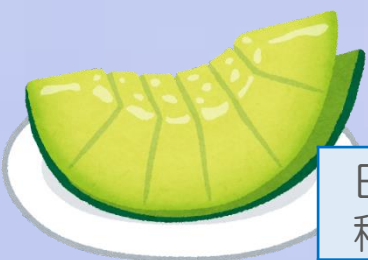


途中、運動会の様子も見る事ができました



約25分、1.89km、2,730歩でゴール！もう少し歩幅が広く歩けたらなあ。ついでに脚も長くならないかなあ〜。





いっしょにあそぼ！

日程	7月11日（火）
内容	<ul style="list-style-type: none"> 絵本の読み聞かせ テラスにて水遊び
時間	10:00 ~ 11:00



7月のケアサポーター関連イベント一覧

日程	内容	場所	時間
7月11日 （火）	いっしょにあそぼ！	認定こども園 ふたば	10:00 ~11:00
7月18日 （火）	カフェまちなか	まちの駅 ふらっと	10:00 ~12:00 13:00 ~15:00
7月25日 （火）	ケアサポーター 養成講座	町民センター 2階大ホール	10:30 ~12:30
毎週火曜日	ビューティー中央	中央集会所	13:00 ~14:00
毎週木曜日	みどりの会	緑が丘集会所	13:00 ~14:00
毎週金曜日	Go!Go!スマイル東山	東山高齢者住宅 集会所	9:00 ~11:30
毎週金曜日	華の金曜日 コスモスの会	鶺鴒本町生活館	13:00 ~15:00
各地区 週1回	百歳体操	各地区生活館や集会所	※各地区で 異なります。