

# 小俣地域の予定

場所

本町保健福祉会館

日時

- ・ふれあいの会
- ・いきいき体操クラブ（ゲーム）
- ・いきいき体操クラブ（体操）

毎月第2月曜日

毎月第2木曜日

毎月第3木曜日

13:30~15:00

11月中旬に秋の旅行も予定

9月

- ふれあい 8日
- ゲーム 11日
- 体操 18日

10月

- ゲーム 9日
- 体操 16日
- ふれあい 20日

11月

- ふれあい 10日
- ゲーム 13日
- 体操 20日

12月

- ふれあい 8日
- ゲーム 11日
- 体操 18日

1月

- ゲーム 8日
- 体操 15日
- ふれあい 19日

2月

- ふれあい 9日
- ゲーム 12日
- 体操 19日

3月

- ふれあい 9日
- ゲーム 12日
- 体操 19日

来年の春には  
桜のお花見も予定

※予定は変更になる場合がございます。

参加費無料 一人参加大歓迎！

組合員問わず参加OKです。

みなさん一緒に楽しい時間を過ごしましょう♪  
ご参加お待ちしております。

いきいき体操クラブは、伊勢市社会福祉協議会サロン登録団体として、  
共同募金の助成を受けて活動しています。

みえ医療福祉生活協同組合・組合活動部

☎0596-24-7141 (受付時間: 9時~18時)



こんなこと  
やってます

# 小俣地域の活動

## ふれあいの会

百人一首やオセロなど…

みんなでゲームをしながら交流しています。



みんなで楽しく過ごしましょう♪

## いきいき体操クラブ(ゲーム)

モルックやボッチャをしながら楽しく身体を動かしています！



モルックとは木の棒をなげて、数字のかかれたピンをたおすゲームです。

先に 50 点ぴったりになった方が勝ち。



ボッチャとは白いボールを目標に、赤・青のボールを投げたり、転がしたりして、いかに近づけるかをチームで競います。

## いきいき体操クラブ(体操)

健康体操や脳トレ、レクリエーションなど…

毎月たのしく身体を動かしています！



また半年に1回健康チェックも実施。

気になる方はぜひご参加ください。