

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

毎月第2月曜日

・ いきいき体操クラブ(ゲーム)

毎月第2木曜日

・ いきいき体操クラブ(体操)

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



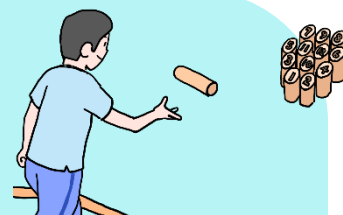
百人一首やオセロなど…

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、いかに近づく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。

