与那原町ふれあいサロン予定表

2026　7月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
29	30	01 10:30~15:30 リラックスデー♪	02 11:15~11:45 ちゃーがんじゅう体操	03 10:30~15:30 リラックスデー♪	04 休所	05 休所
06 12:30~14:45 カラオケ	07 11:15~11:45 健康体操 11:45~12:45 脳活	08 10:30~15:30 リラックスデー♪	09 11:15~11:45 ちゃーがんじゅう体操	10 10:30~15:30 リラックスデー♪	11 休所	12 休所
13 12:30~14:45 カラオケ	14 11:15~11:45 ブレパサイズ 10:30~12:00 保健師相談	15 10:30~15:30 リラックスデー♪	16 11:15~11:45 ちゃーがんじゅう体操	17 10:30~15:30 リラックスデー♪	18 休所	19 休所
20 海の日	21 11:15~11:45 ちゃーがんじゅう体操	22 10:15~12:15 カラオケ 13:00~15:30 リラックスデー♪	23 11:15~11:45 ちゃーがんじゅう体操	24 11:30~13:30 冷やし中華づくり	25 休所	26 休所
27 12:30~14:45 カラオケ	28 11:15~11:45 ちゃーがんじゅう体操 10:30~12:00 保健師相談	29 10:30~15:30 リラックスデー♪	30 11:15~11:45 ちゃーがんじゅう体操	31 10:30~15:30 リラックスデー♪	01	02

7月20日(月)のカラオケは
7月22日(水)10:15~12:15に
振り替えます。
※通常の時間とは異なりますので
ご注意ください。

「冷やし中華づくり」
7月24日(金) 11:30~13:30
参加費:300円　定員:15人
※要予約
7月21日(火)までにご予約お願いします

~スタッフからのお願い~

「ものづくり」をされる方はなるべく火曜日の
体操終了後にお願いします。
準備してない手工芸についてはお断りさせて
いただきますので予めご了承ください。
また、イベント等が入っている場合も
「ものづくり」をお断りさせていただきます。

対象者：与那原町にお住いの65歳以上の方
(初めてご利用の方は利用申請書の提出が必要です。)

日時：月曜日~金曜日(土日祝休み)
10:00~15:45　※利用時間は15:30まで

場所：ふれあいサロン(与那原町社会福祉センター1F)
☎098-945-9663