# 与那原町ふれあいサロン予定表

## 2026 10月

| 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 | 日曜日 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 28 | 29 | 30 | 01<br>11:15~11:45<br>ちゃーがんじゅう体操 | 02<br>10:30~15:30<br>リラックスデー | 03<br>休所 | 04<br>休所 |
| 05<br>12:30~14:45<br>カラオケ | 06<br>11:15~11:45<br>ちゃーがんじゅう体操<br>11:45~12:45<br>脳活 | 07<br>10:30~15:30<br>リラックスデー | 08<br>11:15~11:45<br>ちゃーがんじゅう体操 | 09<br>10:30~15:30<br>リラックスデー | 10<br>休所 | 11<br>休所 |
| 12<br>スポーツの日<br>休所 | 13<br>11:15~11:45<br>ちゃーがんじゅう体操<br>10:30~12:00<br>保健師相談 | 14<br>10:15~12:15<br>カラオケ<br>12:30~15:30<br>リラックスデー | 15<br>11:15~11:45<br>ちゃーがんじゅう体操 | 16<br>10:30~15:30<br>リラックスデー | 17<br>休所 | 18<br>休所 |
| 19<br>12:30~14:45<br>カラオケ | 20<br>11:15~11:25<br>ちゃーがんじゅう体操<br>11:30~12:00<br>「健康講座」 | 21<br>10:30~15:30<br>リラックスデー | 22<br>11:15~11:45<br>ちゃーがんじゅう体操<br>(クッキング準備) | 23<br>11:15~14:30<br>かぼちゃ<br>パーティー | 24<br>休所 | 25<br>休所 |
| 26<br>12:30~14:45<br>カラオケ | 27<br>11:15~12:15<br>「ダンスハロウィーン」<br>10:30~12:00<br>保健師相談 | 28<br>10:30~15:30<br>リラックスデー | 29<br>11:15~11:45<br>ちゃーがんじゅう体操 | 30<br>10:30~15:30<br>リラックスデー | 31<br>休所 | 01 |

**「健康講座」**
10/20(火)11:30~12:00
※当日の体操は時間を短縮しますのであらかじめご了承ください。

**10/14(水)はカラオケ**
**10:15~12:15**
※10/12(月)の代替え日となります。

**「かぼちゃパーティー」10/23(金)11:15~14:30**
**参加費:300円　定員:15名　※要予約※**
調理ありです。詳細についてはお知らせをご覧ください。

～手工芸に関するお知らせ～

このたび、昨今の物価高騰が続き現行価格の維持が困難な状況となりました。誠に心苦しい思いですが、令和8年10月より手工芸材料の価格を改定させていただきます。
何卒ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

HALLOWEEN

**10/27(火)11:15~12:15**
**「ダンスハロウィーン」開催**
**～参加費無料～**
踊れなくても大丈夫！ハロウィンを楽しみましょう
仮装大歓迎!?皆様のご参加お待ちしております。

利用対象者：与那原町にお住いの65歳以上の方

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

ふれあいサロン(与那原町社会福祉センター1F)
☎098-945-9663