

いきいきシニアセンターやすらぎ荘

8月のお知らせ

日	曜日	浴室	健康相談	マッサージ	講座及び行事	備考
1	土	●	●			部屋申請 カラオケ
2	日	●	●	●		
3	月	休館日				
4	火	●	●	●		カラオケ
5	水		●		【申込】音楽体操 【主催】輪踊り	
6	木	●	●	●	【申込】カラオケを気軽に楽しもう	
7	金	●	●			
8	土	●	●			カラオケ
9	日	●	●	●		
10	月	休館日				
11	火	●	●	●	【申込】おとなの健康運動	カラオケ
12	水		●		【主催】中医養生ヨガ® 「夏を健やかに過ごすための中医養生と優しいヨガ」	
13	木	●	●	●		
14	金	●	●		ふまねっと運動講座	
15	土	●	●		【地域開放事業】陶芸でマグカップをつくろう②	カラオケ
16	日	●	●	●		
17	月	休館日				
18	火	●	●	●		カラオケ
19	水		●		【介護予防事業】音楽体操 【共催】カラオケを楽しもう① 【申込】健康づくり運動講座 いきいき元気体操	
20	木	●	●	●	【申込】敬老の日のつどい「デュエット」（9/3まで）	
21	金	●	●		【主催】輪踊り	
22	土	●	●			カラオケ
23	日	●	●	●		
24	月	休館日				
25	火	●	●	●	【主催】おとなの健康運動「体幹トレーニングとバランス運動」 【申込締切】健康づくり運動講座 いきいき元気体操	カラオケ
26	水		●		【抽選】健康づくり運動講座 いきいき元気体操 【申込】健康改善体操	
27	木	●	●	●		
28	金	●	●			
29	土	●	●		【クールシェア企画】やすらぎ寄席/真夏のカラオケ祭	
30	日	●	●	●		
31	月	休館日				

1. 浴室 10:30～15:30 ※10:30のみ事前予約制（受付15:00まで）
2. マッサージ 火曜日、木曜日、日曜日 ※事前予約制になります
3. ヘルストロン・マッサージ機 毎日 9:00～15:30
4. 健康相談 毎日 9:00～16:00（12:00～12:45は休憩します）
日時等都合により変更となる場合がございますので、事務所にご確認ください。
連絡先:いきいきシニアセンター（藤沢市老人福祉センター）やすらぎ荘 0466-81-6068