

令和7年
悠々館

8月のお知らせ

令和7年7月22日発行

東伊興住区センター

住所 東伊興1-5-22
TEL・FAX 3899-8531

敬老演芸大会出演者募集

8月1日（金）9：00から受付開始
出演者 20組（カラオケ、その他）

敬老演芸大会は 9月13日（土）10：00～です

観覧自由

体力測定会 定員25名

8月1日（金）10：00～12：00

静的・動的パルス、歩行能力

下肢筋力などの測定をします。

ここ数年行われている体力測定会です。

保健センターより体組成計をお借りします。

住区de縁日

8月20日（水）11：00～15：00

※申込みされている方

ヨーヨー釣り、射的などなど

楽しい時間を一緒に過ごしましょう

転ばないカラダをつくる！

9月2日（火）10:00～11:00

30名募集

リハビリのプロと学ぶ、筋肉維持の秘訣

講師：老健足立老人ケアセンター 高橋 慶倫先生

バンパー大会

8月2日（土）9：00～

お昼は各自でご用意ください。

草木染め

8月29日・9月26日（金） 13:00～16:00

各16名募集 材料費：1500円

あつあつ夏 住区に涼みにきてください。楽しい行事がたくさんあります。

みなさまの来館 お待ちしております

日	月	火	水	木	金	土
ラジオ体操&リズム体操 月～金 9：30～					1 体力測定会 10:00～12:00	2 バンパー大会 9：00～15:00 経験者健康麻雀 13:00～16:30
3	4 マッスル測定 9：15～10:00	5	6	7 うたごえ 11:30～14:00	8	9 カラオケ広場 13:00～15:00
10	11 山の日	12	13 フラダンス 10:00～12:00	14	15	16
17	18 館内整理日	19	20 住区de縁日 11:00～15:00	21	22	23 カラオケ広場 13:00～15:00
24	25	26 住区祭実行委員会 18：00～	27 フラダンス 10:00～12:00 風カラオケ 13:00～15:00	28	29 草木染め 13:00～16:00	30
31						