

2026年3月予定表

水曜日			木曜日			金曜日					
4	午前	しゃべり場	健康相談室	5	午前	ストレッチ体操	健康相談室	6	午前	健康マーじゃん	健康相談室
	午後	フリータイム			午後	フリータイム			午後	フリータイム	
11	午前	卓球	集会室B	12	午前	大人のぬり絵	健康相談室	13	午前	パターゴルフ	健康相談室 (※要申込)
	午後	フリータイム			午後	フリータイム			午後	フリータイム	
18	午前	フリータイム	栄養実習室 (※要申込)	19	午前	ゲームタイム	健康相談室	20	春分の日		
	午後	おやつ作り			午後	フリータイム			午後		
25	午前	青空散歩	健康相談室	26	午前	アイロンビーズ	健康相談室	27	午前	カラオケ外出	交流サロン/ 健康相談室 (※要申込)
	午後	フリータイム			午後	フリータイム			午後	フリータイム	

2月は神栖では珍しいほどの大雪に見舞われましたが、皆さま体調など崩されていませんか。慣れない雪かきや足元の悪さに、不安な思いをされた方も多かったことと思います。

3月を迎え、春の陽気が届き始めました。今月は寒さでこわばった体をほぐすように、デイケア青空で穏やかな時間を過ごしませんか。

右にご案内いたしますように様々な行事をご用意させていただいております。

定番の調理(おやつ作り)からパターゴルフ、その他、青空散歩など季節を感じるプログラムを計画しておりますので、ぜひご参加ください。



▲1月中旬、息栖神社の参拝を行いました。この1年の無病息災を祈るとともに、近隣の施設などを回りました。

～フリータイムについて～

フリータイムの活動内容は興味・関心のあるプログラムを選ぶことができます。また自身でやりたいものを持ち込んで過ごすこともできます。

活動例) カードゲーム、ドンジャラ、マーじゃん、読書、手芸、オセロ、アイロンビーズなど

3月のイベント参加申込みに関して・・・

①3月13日(金) パターゴルフ(※雨天延期)

参加費: 100円
申込期日: 3月6日(金)



②3月18日(水)

おやつ作り(チョコバナナ)

参加費: 100円
申込期日: 3月6日(金)



②3月27日(金) カラオケ外出

参加費: 300円
申込期日: 3月13日(金)



※お申し込みについては、窓口でご本人様が申込書に直接、名前の記載をお願いします。
なお期日までの来所が難しい場合は電話で担当者へご連絡ください。

場 所: 神栖市保健・福祉会館内 時間: 午前10時～午後3時 

連絡先: 神栖市社会福祉協議会 地域福祉総合相談センター 電話 0299-93-0294