



願寿クラブ スケジュール

美浜区公民館 ☎926-5185

第8次北谷町高齢者保健福祉計画推進事業

日	月	火	水	木	金	土
30	31	◇毎日暑いですね。水分・塩分とって熱中症対策！ ◇暑い時にはエアコンかけて熱中症対策！ ◇今月は外での活動(グランドゴルフ)はお休みとします。 公民館内での活動に参加しましょう				1
2	3	4	5	6	7	8
			○貯筋クラブ 9:30-11:30 ○ganju-ダンス 15:00~/集会所	○英語教室 13:00～15:00/公民館	○ちゅらカラオケ 13:30-/公民館 ○健康マージャン 13:00-/公民館	
9	10	11 山の日	12	13	14	15
	○願寿定例会 13:30~/公民館		○貯筋クラブ 9:30-11:30 ○ganju-ダンス 15:00~/集会所	○英語教室 13:00～15:00/公民館	○ちゅらカラオケ 13:30-/公民館 ○健康マージャン 13:00-/公民館	
16	17	18	19	20	21 町老連カラオケ大会	22
		○ミニデイサービス 7月・8月・9月の 合同誕生会	○貯筋クラブ 9:30-11:30 ○ganju-ダンス 15:00~/集会所	○英語教室 13:00～15:00/公民館	○健康マージャン 13:00-/公民館	
23	24	25 ウンケー	26 ナカビ	27 ウークイ	28	29
				○英語教室 13:00～15:00/公民館	○ちゅらカラオケ 13:30-/公民館 ○健康マージャン 13:00-/公民館	○ヤングシニア交流会 18:00~/公民館 参加費:200円

