所 いわき市四倉町字東 2-115

10 月行事予定表 いわき四倉交流サロン 電話番号 0246-38-4355

日	月	火	水	木	金	±
		**	1	2	3	4 休館日
5 休館日	6 健康体操 10:00~11:30	7 趣味の会☆ 10:00~12:00	8 パッチワーク☆ 10:00~12:00	9 ウォーキング 10:00~12:00	10 元気アップ 体操☆ 14:00~15:30	11 休館日
12 休館日	休館日	14 季節の寄せ 植え ☆ 13:00~14:30	15 介護相談 (あゆみより) 14:00~15:00	16	17 臨時休館 ふれあいフェスタ 準備のため	18 とみおか・いわき ふれあいフェスタ 9:30~14:00 (いわき支所)
19 休館日	20 ゆる体操 10:00~11:30	21 元気ョガ☆ 10:00~11:30	22 楽しい 脳トレ 10:00~12:00	23 ウォーキング 10:00~12:00	24 歩みの会☆ 10:00~12:00	25 休館日
26 休館日	27 健康体操 10:00~11:30	28 健康麻雀 10:00~12:00 ロコモ体操 13:00~14:00	29 アプリ交流会 10:00~12:00	30 簡単お菓子 作り☆ 10:00~12:00	31	



☆マークは事前お申し込みください 🌋



彩季節の寄せ植え彩

10/14(火) 13:00~

・参加費:800円・持ち物:持ち帰り袋 8月お休みでしたので、2か月ぶりの寄せ植え になりました。今月は何時もと違う日程になっ ております。ご了承頂けますよう お願い致します。

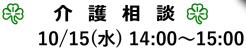
⇔ アプリ交流会 10/29(水)10:00~

とみおかアプリ・スマホ・タブレット・パソコン

是非、この機会に相談してみて

などお困り事がありませんか?

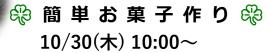
はいかかでしょうか?



ご自分の事、ご家族の事、気になる物忘れの事 専門スタッフに話してみませんか?

【問合せ】富岡町地域包括支援センター 電話 0246-88-1958

介護・物忘れ相談室あゆみより



・定員:8名 参加費:500円

・持ち物:エプロン・三角巾

自宅にある食材でできる 簡単に美味しく作り、

皆さんと楽しく 試食しませんか?

