

2026年9月あったかイベントカレンダー予定表

月	火	水	木	金	土	日
	1 依包体操 9:30 あったか体操 伊才野体操 13:30	2 カラオケ 13:00～15:00	3 川西体操 10:00 あったか体操 13:30	4 おりがみ 13:30	5 休み	6 休み
7	8 依包体操 9:30 あったか体操 伊才野体操 13:30	9	10 川西体操 10:00 あったか体操13:30 胸部レントゲン 14:15～14:30	11 お弁当会 12:00～ レク(モルック) 13:00～	12 休み	13 休み
14	15 依包体操 9:30 あったか体操 伊才野体操 13:30	16 カラオケ 13:00～15:00	17 川西体操 10:00 あったか体操 13:30	18	19 休み	20 休み
21 休み (敬老の日)	22 休み (国民の休日)	23 休み (秋分の日)	24 スタッフ健康診断 のため閉所 戻り次第開所 川西体操有り 10:00 あったか体操休み	25 講演 10:00～ 認知症について	26 休み	27 休み
28 運営推進会 15:00～	29 依包体操 9:30 あったか体操 伊才野体操 13:30	30 手芸350円 10:00～ ドレスタオル	10月 1 川西体操 10:00 あったか体操 13:30	2	3 休み	4 休み
5	6 依包体操 9:30 あったか体操 伊才野体操 13:30	7 カラオケ 13:00～15:00	8 川西体操 10:00 あったか体操 13:30	9	10 休み	11 休み

移動販売車・フジ(木曜日・15:00前後)※火・木・レクの日のお昼は開所しています。

※ 4日(金)13:30～おりがみ いつもとは少し違うおりがみ飾りも作ります。おりがみは必ず持参をお願いします。

※11日(金)12:00～レクの日(モルック) お弁当は8日までに必ず予約をお願いします。

※24日(木)午前中～あったかはスタッフ健康診断のため閉所ですが、戻り次第開けます。百歳体操はお休みです。

※25日(金)10:00～講演 認知症についてのお話です。

※30日(水)10:00～手芸 ドレスタオルを作ります。11日までに必ず予約をお願いします。

買い物支援は体操などのイベント日以外で対応しますのでご希望の方は気軽に連絡をお願いします。

あったかふれあいセンターかみぶん ☎0889-59-1904 上田・田部・西森