

令和8年

道草(みちくさ)



東寺方老人福祉館

多摩市東寺方 626-7

042-372-1668

第32回 東寺方秋まつり 開催決定！

今年度も「東寺方秋まつり」の開催が決まりました。

1階 児童館、2階 図書館、3階 老人福祉館・地区市民ホールをあげてのお祭りです。詳細は、「道草11月号」をご覧ください。

開催日：令和8年11月14日(土) 10時～15時(予定)

場所：東寺方複合施設

(会場は児童館、図書館、老人福祉館・地区市民ホール)

9月の予定

7日(月) スマホ教室 フォローアップコース

午後2時～午後5時 場所:第1会議室

8日(火) おしゃべりサロン 午前10時～正午 場所:第1会議室

予約不要(当日参加可能) 参加費:無料

19日(土) おふろ体操 午後2時～午後3時 場所:集会室

持ち物:浴用タオル(乾いたもの)、飲み物(水分補給用)

予約不要(当日参加可能) 参加費:無料

30日(水) フレイル予防(TFPP) 午前10時～正午 場所:第1会議室

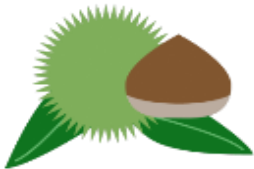
予約不要(当日参加可能) 参加費:無料

西部地域包括支援センターより

まだまだ残暑厳しい日が続いています。夏の疲れがでていませんか？よく食べ・良く寝て、疲れを吹き飛ばし、元気に秋を探しに出かけませんか？食欲の秋・読書の秋・芸術の秋・スポーツの秋など、自分の秋を満喫しましょう！

西部地域包括支援センター ☎042-389-8850

9月福祉館🌿カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
			風呂休み		 手芸の部屋 13:30~16:00	
	6	7	8	9	10	11
	風呂休み	スマホ教室 フォローアップ 14:00~17:00 	おしゃべり サロン 10:00~12:00 	カラオケの日 14:00~16:30 風呂休み		 手芸の部屋 13:30~16:00
	12	13	14	15	16	17
		風呂休み			風呂休み	
18	19	20	21	22	23	24
手芸の部屋 13:30~16:00	おふろ体操 14:00~ 	風呂休み		国民の休日 風呂休み	 風呂休み	定期清掃 福祉館休館 風呂休み
25	26	27	28	29	30	風呂入浴時間 概ね10時から15時30分 混雑時は、お一人30分以内でお願いいたします ドライヤーは教養娯楽室にもあります 入浴は3人まで一緒に入れます。
		風呂休み			TAMAフレイル 予防プロジェクト 10:00~12:00 風呂休み	

30日(水)の「カラオケの日」活動します。(14:00~16:30)