

令和7年 5月の予定



おそのちゃん

生活機能向上プログラム

「笑うこと」は健康にとっても良いと言われています。
ゲラゲラ笑って楽しみながら元気になりましょう！

「落語の笑いで健康に！」

真打落語家

桂文ぶんさん

5月26日(月)

午後1時半～3時

やよいの園 2階 大広間

★定員:30名(先着順)

★持ち物:上履き、またはスリッパ

★お申込:5月7日(水)～5月24日(土) ※日・祝日を除く

ご本人が電話または直接やよいの園へ



若返り音楽園	5月12日(月)	午前10時～11時半 2F大広間にて	陽気な先生たちと一緒に音楽を楽しみましょう！ 参加無料。直接会場まで。 講師:清田幸子氏・松島裕子氏 (音楽療法士)
楽しく踊ろう フリーダンス	5月1日(木) 5月15日(木)	午後1時～3時 2F大広間にて	一緒にダンスを楽しみましょう！参加無料。 運営ボランティア:中島一氏
アートで脳トレ	5月14日(水)	午前10時～11時半 3F会議室にて	作品をその日の材料を使って制作します。 次回6月11日(水)参加者募集中！締切5月末日まで。 1回600円、窓口受付。講師:福島美喜子氏(臨床美術士)
盆踊りで 健康体操	5月21日(水)	午前10時～11時半 2F大広間にて	馴染みの曲で踊りながら体を動かしましょう！ 参加無料。講師:坂東扇紫恵(河野雅子)氏
写仏の時間	5月12日(月)	午前9時半～11時 1F和室にて	筆ペンで下書きの写仏をなぞって仕上げます。 プリント1枚10円。筆ペンをご持参下さい。
書写の時間	5月19日(月)	午前9時半～11時 1F和室にて	小倉百人一首をかなや漢字でなぞります。 プリント1枚10円。筆ペンをご持参下さい。
写経の時間	5月26日(月)	午前9時半～11時 1F和室にて	般若心経を筆ペンでなぞり書きをします。 プリント1枚10円。筆ペンをご持参下さい。
三療サービス	5月16日(金)	午前9時半～3時 1F和室にて	マッサージの施術です。1回45分 900円 当日受付 受付(窓口・電話共に):9時～
ふりふり体操	毎週 月・水 (祝日はお休み)	午後0時～0時45分 2F大広間にて	全身ストレッチと簡単な筋トレ、脳トレをします。 参加無料。直接会場まで。尚、祝日はお休みです。

<お問い合わせ> やよいの園 中野区弥生町3-33-8

開館時間:午前9時～午後5時(日・祝休館)

お電話はこちらまでお願いします→03-3370-9841

*中野区在住の60歳以上の方がご利用できます。

(地域交流、団体利用はこの限りではありません。)

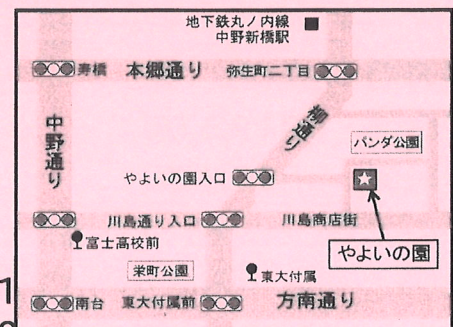
【併設施設】

弥生高齢者在宅サービスセンター

TEL 03-3370-9841

弥生の園居宅介護支援センター

TEL 03-5358-5730



HP検索:弥生高齢者在宅サービスセンター

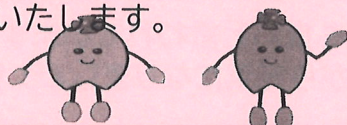
令和7年 5月の予定

(自)自由参加 その他の講座は申込制

R3. 4月より館内は上履き着用となりました。

お忘れずにご持参ください。

ご協力の程、お願いいたします。



1(木)	2(金)	3(土)
(自)午後1時～ 楽しく踊ろう フリーダンス 		憲法記念日
8(木)	9(金)	10(土)
15(木)	16(金)	17(土)
(自)午後1時～ 楽しく踊ろう フリーダンス 	午前9時30分～ 三療サービス 	
22(木)	23(金)	24(土)
29(木)	30(金)	31(土)

5(月)	6(火)	7(水)
こどもの日	振替休日	(自)午後0時～ ふりふり体操
12(月)	13(火)	14(水)
(自)午前9時30分～ 写仏の時間	午後1時30分～ はみんぐ体操(女性)	午前10時～ アートで脳トレ
(自)10時～ 若返り音楽園		(自)午後0時～ ふりふり体操
(自)午後0時～ ふりふり体操	午後2時45分～ はみんぐ体操(男性)	午後3時～ みんなの体操
19(月)	20(火)	21(水)
(自)午前9時30分～ 書写の時間	(自)午後2時～ やよいシネマクラブ 	(自)午前10時～ 盆踊りで健康体操
(自)午後0時～ ふりふり体操		(自)午後0時～ ふりふり体操
26(月)	27(火)	28(水)
(自)午前9時30分～ 写経の時間	午後1時30分～ はみんぐ体操(女性)	(自)午後0時～ ふりふり体操
(自)午後0時～ ふりふり体操		
午後1時30分～ 落語の笑いで健康に	午後2時45分～ はみんぐ体操(男性)	午後3時～ みんなの体操

三療サービス

5月16日(金) 当日受付 1F 和室にて

1回45分 900円

窓口・電話受付:9時～



写仏の時間 5月12日(月)

書写の時間 5月19日(月)

写経の時間 5月26日(月)

午前9時半～11時 当日受付 1F和室にて
筆ペンで下書きの写仏、書写、写経をなぞって
仕上げます。

プリント1枚10円。 筆ペン持参

アートで脳トレ 3F 会議室にて

次回:6月11日(水) 午前10時～12時

申込:5月下旬までに

参加費600円持参で窓口へ

ふりふり体操 月・水 *祝日はお休み

午後0時～0時45分 参加無料

人数制限はなくなりました!

軽体操です。 直接2F大広間まで



盆踊りで健康体操 2F 大広間にて

5月21日(水) 午前10時～12時

様々な楽曲の盆踊りを踊ります。自由参加です。