








令和6年度 はるみサロン年間計画表

R6.4.1

月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
日	5(金)	3(金)	7(金)	5(金)	2(金)	6(金)	4(金)	1(金)	6(金)	3(金)	7(金)	7(金)
実施内容	軽体操 ペタンク 13:30 ③班	e-エクササイズ 13:30	e-エクササイズ 13:30	軽体操 七夕 10:00	軽体操 歌会 10:00 ①班	軽体操 玉入れ 10:00 ③班	元気教室 (こころ編) 13:30	軽体操 国際交流 13:30	元気教室 (こころ編) 13:30 サポータ会議	お休み	軽体操 &晴小交流 13:30	軽体操 カーリング 13:30 ①班
日	12(金)	10(金)	14(金)	12(金)	9(金)	13(金)	11(金)	8(金)	13(金)	10(金)	14(金)	14(金)
実施内容	軽体操 ホール エクササイズ 13:30	軽体操 ターゲットゲーム 13:30 ③班	軽体操 ビンボーリング 13:30 ③班 サポータ会議	軽体操 輪投げ 10:00 ①班	軽体操 カーリング 10:00 ②班	軽体操 ターゲットゲーム 10:00 ①班	軽体操 &晴小交流 13:30 サポータ会議	消防署 消防訓練 13:30	軽体操 ホール エクササイズ 13:30	軽体操 人生ゲーム 13:30 サポータ会議 ③班	元気教室 (からだ編) 13:30	軽体操 ペタンク 13:30 ②班 サポータ会議
日	19(金)	17(金)	21(金)	19(金)	16(金)	20(金)	18(金)	15(金)	20(金)	17(金)	21(金)	21(金)
実施内容	軽体操 ダーツ 13:30 ①班	e-エクササイズ 13:30	e-エクササイズ 13:30	軽体操 ダーツ 10:00 ②班	軽体操 ペタンク 10:00 ③班	軽体操 ビリヤード 10:00 ②班	体力測定 行政センター 13:30	体力測定 行政センター 13:30	軽体操 クリスマス会 13:30	軽体操 &晴小交流 13:30	軽体操 輪投げ 13:30 ②班	軽体操 おしゃべり会 13:30 ③班
日	26(金)	24(金)	28(金)	26(金)	23(金)	27(金)	25(金)	22(金)	27(金)	24(金)	28(金)	28(金)
実施内容	軽体操 輪投げ 13:30 ②班	軽体操 玉入れ 13:30 ①班	軽体操 サステナプラザ ながさき 13:30	軽体操 手作り ビンゴゲーム 10:00 ③班	軽体操 ビンボーリング 10:00 ①班	軽体操 カーリング 10:00 ③班	軽体操 サステナプラザ ながさき 13:30	軽体操 手作りビンゴ 13:30 ①班	お休み	軽体操 折り紙&歌会 13:30 ①班	軽体操 玉入れ 13:30 ③班	花見 13:30
日		31(金)			30(金)			29(金)		31(金)		
実施内容		軽体操 カップボーリング 13:30 ②班			軽体操 カップボーリング 10:00 ②班			軽体操 ビリヤード 13:30 ②班		軽体操 長崎物語3 13:30		

(注) ①ゲーム ⇒お手玉・輪投げ・玉入れ・ダーツ・折り紙・ペタンク・頭の体操・ビンボーリング等 ②茶話会は毎回実施

※ 7月～9月 ; 10:00開始
(その他の月 ; 13:30開始)

※ サポータ会議 ; 10:30開始

※ ㊦ : むつみ会

①班: 小柳/上田好、濱田、神浦、若松、釜本、(伊藤) ③班: 森/福田、柏、神山、上田恵、寺田、(小田)ト
②班: 牛島/小田守、尾崎、小柳久、八谷、(武田)、(桑原)

※ 網掛け:景品付きゲーム

※ 7/17(水)&2/26(水) : 三和地区老連・輪投げ大会

2/14(月):三和幼稚園訪問(案)