

平成25年度どんぐり会月別事業計画（案）

月	高齢者支援事業			青波福祉プラザ 高齢者学級	子育て支援事業		多世代間交流事業			
	いこいの広場	男の生きがい教室	かんたん筋トレ教室		青波福祉プラザ めばえの広場	わんぱくキッズ(自主)	青波福祉プラザ 講座	どんぐりの森事業 喫茶どんぐりの森 配食サービス		
	市内16会場 指定の曜日 保育所・小学校・民生委員高齢者部会交流は会場ごとに組み入れる 第1週、かんたん筋トレ 第4週、調理	市内1会場 指定の曜日(火の午前) 美山中央公民館	第1・3(月) 午前 ふれあいセンター 第1・3(火) 午前 美山中央公民館 第1・3(火) 午後 いわ桜公民館 第2・4(火) 午前 伊自良支所 第2・4(火) 午後 桜尾公民館		おひさまと一緒	わらべうた baby マッサージ	年間5回の体験講座			第4週は休み
4月		2 開講式(早矢保健師) 9 ①筋トレ(鷺見講師) 16 かたくりの花見 23 ②筋トレ(鷺見講師)	ストレッチ・ウォーキング 足指マッサージ			11・25	第1回子育てネットワーク協議会		喫茶9時～12時 蕎麦の提供 11時～13時 30食(金)	
5月	★30スカットボール大会男の教室・いこいの広場会場全域	7 スカットボール 14 ③ 筋トレ(鷺見講師) 21 お茶体験・能のお話(慈明院) 30 スカットボール大会参加	ストレッチ・ウォーキング 足指マッサージ 外でのウォーキング		10 公園ランチ どんぐり弁当	9・23			〃	約360食
6月	警察署 4桜尾 6富岡 11東深瀬 13梅原 19美里 21大桑 ★山県消防署 5葛原 7乾 12谷合 14北武芸 18北山 20西武芸	4 絵手紙(都竹講師) 11 ④筋トレ(鷺見講師) 18 紫陽花ベストショット(三光寺) 25 ⑤筋トレ(鷺見講師)	ストレッチ・ウォーキング 足指マッサージ		14 リミック	13・27	1 第1回(募集数20) 担当 ◎曾我部・木村・服部・大 藪・宮川 いこいの広場西武芸会場		〃	約360食
7月	★健康相談 4 富岡 12北武芸 ★警察署 3葛原 10高富 12乾 17谷合 19伊自良福祉 センター 30掛 ★山県消防署 2東深瀬 4富波 9桜尾 11富岡 17美里 19大桑 31高富	2 音楽療法(武藤講師) 9 ⑥筋トレ(鷺見講師) 16 脳トレ 23 健康に関するお話 (健康介護課保健師)	ストレッチ・ウォーキング・マット運動	6 薬の飲み方 (元岐阜大教授 土屋照雄講師)		11・25			〃	約360食
8月	★健康相談 2大桑 9乾 23伊自良 ★警察署 1富波 6北山 8西武芸 23北武芸 ★山県消防署 2伊自良 6掛 8梅原	6 川柳(鷺見敏彦講師) 27 ⑦筋トレ(鷺見講師)	ストレッチ・ウォーキング・マット運動 第1回検討会 健康介護課・アクトス・どん ぐり会		9 フラダンスとブル 遊び	8・22	3 第2回(募集数20) 担当 ◎吉田・今尾・林・武藤・宮 川	3 野外映画会 同時開催 ミニコンサート	〃	約280食
9月	健康相談 4美里 11高富 12梅原	3 パンを焼いてみよう(佐藤講師) 10 ⑧筋トレ(鷺見講師) 17 パルーンアート練習 24 施設訪問	ストレッチ・ウォーキング・マット運動		13 パンDEリミック	12・26	第2回子育てネットワーク協議会	芋畑虫取り 若松学園	〃	約280食
10月	★健康相談 1北山 2葛原 8掛 9谷合	8 ⑨筋トレ(鷺見講師) 15 紅葉ベストショット(笠神さま) 22 ⑩筋トレ(鷺見講師)	ストレッチ・ウォーキング・セラバンド	17 ちよこつと体操 (アクトス 曾根講師)		10・24	1 第3回(募集数20) 担当 ◎小池・大野・長屋・田中・ 宮川 いこいの 広場東深瀬会場	里芋の収穫 若松学園	〃	約360食
11月	★健康相談 5桜尾 12東深瀬	5 山県市の断層を知ろう(西村講師) 12 筋トレ(鷺見講師) 19調理実習と栄養について (井上講師)	ストレッチ・ウォーキング・セラバンド		9 ミニコンサートYM F・フラダンス	14・28		いも煮会 若松学園	〃	約360食
12月	★健康相談 5富波 12西武芸	3 しめ縄づくり(田中・田原講師) 10 ⑪筋トレ(鷺見講師) 17 脳トレと食事会	ストレッチ・ウォーキング・セラバンド 第2回検討会 健康介護課・アクトス・どん ぐり会			12	7 第4回(募集数20) 担当 ◎羽賀・筑摩・佐野美・山田 宮川 いこいの広場桜尾会場	7 地元老人会と わんぱくキッズの もちつき体験	〃	約360食
1月		14 ⑬筋トレ(鷺見講師) 21 蕎麦打ち体験(江崎講師) 28 脳トレ	ストレッチ・ウォーキング・レク			9・23			〃	約280食
2月		4 お菓子づくり(佐藤講師) 18 手品をやってみよう(講師未定) 25 ⑭筋トレ(鷺見講師)	ストレッチ・ウォーキング・レク	20 ヘッドマッサージ (佐藤講師)		13・27		26 味噌仕込 (募集20名) JAさき藤田講師	〃 若松学園・あした の会モーニング 体験70人	約280食
3月	★会食会	11 ⑮筋トレ(鷺見講師) 18 パスで閉講式と研修	ストレッチ・ウォーキング・レク 第3回検討会 健康介護課・アクトス・どん ぐり会		7 芋もちDEリミック	13	1 第5回(募集数20) 担当 ◎田原明・大西・田原・佐村 宮川 いこいの広場北武芸会場 第3回子育てネットワーク協議会	喫茶9時～12時 蕎麦の提供 11時～13時 30食(金)	〃	約280食