

尼崎医療生協の

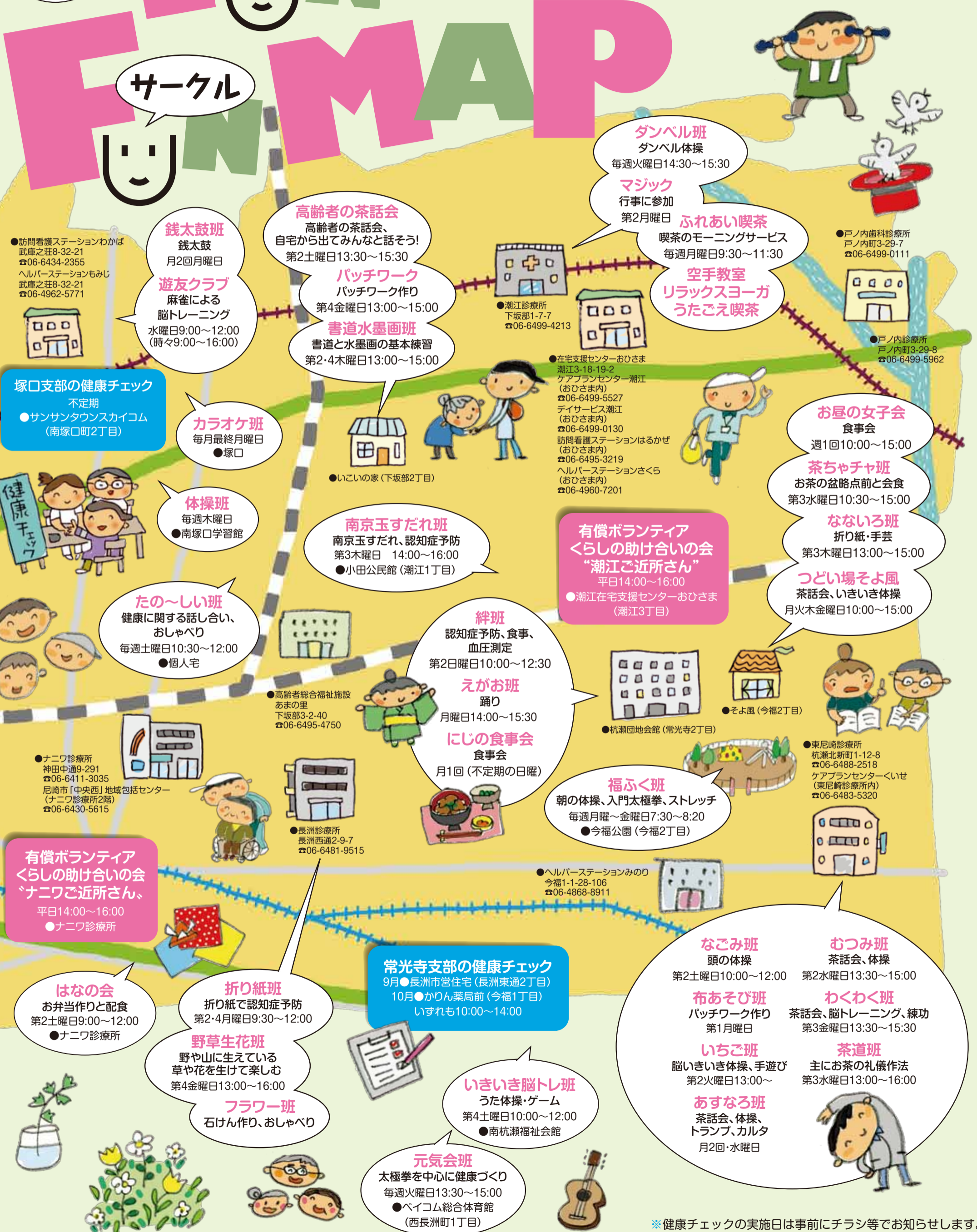
班

尼崎東地域版

サークル

しゃべる、わらう、食べる、体を動かす、出かけてみる、新しいことに挑戦する…どれも健康のために欠かせません。「これなにかな」「やってみよう」と思ったら、マップの中の班、支部、グループの活動等についても、尼崎医療生協・組合員活動部までお問い合わせください。

尼崎医療生協 組合員活動部 ☎06-4962-4920



●訪問看護ステーションわかば
武庫之荘8-32-21
☎06-6434-2355
ヘルパーステーションもみじ
武庫之荘8-32-21
☎06-4962-5771

銭太鼓班
銭太鼓
月2回月曜日
遊友クラブ
麻雀による
脳トレーニング
水曜日9:00~12:00
(時々9:00~16:00)

高齢者の茶話会
高齢者の茶話会、
自宅から出てみんなと話そう!
第2土曜日13:30~15:30
パッチワーク
パッチワーク作り
第4金曜日13:00~15:00
書道水墨画班
書道と水墨画の基本練習
第2・4木曜日13:00~15:00

ダンベル班
ダンベル体操
毎週火曜日14:30~15:30
マジック
行事に参加
第2月曜日
ふれあい喫茶
喫茶のモーニングサービス
毎週月曜日9:30~11:30
空手教室
リラックスヨーガ
うたごえ喫茶

塚口支部の健康チェック
不定期
●サンサントウンスカイコム
(南塚口町2丁目)

カラオケ班
毎月最終月曜日
●塚口

体操班
毎週木曜日
●南塚口学習館

南京玉すだれ班
南京玉すだれ、認知症予防
第3木曜日 14:00~16:00
●小田公民館(潮江1丁目)

**有償ボランティア
くらしの助け合いの会
“潮江ご近所さん”**
平日14:00~16:00
●潮江在宅支援センターおひさま
(潮江3丁目)

お昼の女子会
食事会
週1回10:00~15:00

茶ちゃチャ班
お茶の盆路点前と会食
第3水曜日10:30~15:00

なないろ班
折り紙・手芸
第3木曜日13:00~15:00

つどい場そよ風
茶話会、いきいき体操
月火木金曜日10:00~15:00

たの~しい班
健康に関する話し合い、
おしゃべり
毎週土曜日10:30~12:00
●個人宅

絆班
認知症予防、食事、
血圧測定
第2日曜日10:00~12:30

えがお班
踊り
月曜日14:00~15:30

にじの食事会
食事会
月1回(不定期の日曜)

福ふく班
朝の体操、入門太極拳、ストレッチ
毎週月曜~金曜日7:30~8:20
●今福公園(今福2丁目)

**有償ボランティア
くらしの助け合いの会
“ナニワご近所さん”**
平日14:00~16:00
●ナニワ診療所

はなの会
お弁当作りと配食
第2土曜日9:00~12:00
●ナニワ診療所

折り紙班
折り紙で認知症予防
第2・4月曜日9:30~12:00

野草生花班
野や山に生えている
草や花を生けて楽しむ
第4金曜日13:00~16:00

フラワー班
石けん作り、おしゃべり

常光寺支部の健康チェック
9月●長洲市営住宅(長洲東通2丁目)
10月●かりん薬局前(今福1丁目)
いずれも10:00~14:00

いきいき脳トレ班
うた体操・ゲーム
第4土曜日10:00~12:00
●南杭瀬福祉会館

元気会班
太極拳を中心に健康づくり
毎週火曜日13:30~15:00
●ベイコム総合体育館
(西長洲町1丁目)

なごみ班
頭の体操
第2土曜日10:00~12:00

布あそび班
パッチワーク作り
第1月曜日

いちご班
脳いきいき体操、手遊び
第2火曜日13:00~

あすなろ班
茶話会、体操、
トランプ、カルタ
月2回・水曜日

むつみ班
茶話会、体操
第2水曜日13:30~15:00

わくわく班
茶話会、脳トレーニング、練功
第3金曜日13:30~15:30

茶道班
主にお茶の礼儀作法
第3水曜日13:00~16:00

※健康チェックの実施日は事前にチラシ等でお知らせします。
※地図はイメージです。実際の位置とは異なります。