



みのりこだより

2025年
1月号



問合せ・申込先 **090-3132-2520**

〒771-2305 徳島県三好市三野町太刀野6-14

社会福祉法人悠久会 みのりこ (あいの郷内)

1月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
昨年は大変お世話になりました。 今年もみなが元気になれる居場所づくりを行いますので どうぞよろしくお願い致します。			1 元日 	2	3	4
12/27~1/6まで、みのりこ冬休み						
5 みのりこ冬休み	6	7	8 みのりこルーム	9	10 	11
12 卓球デー	13 成人の日 	14	15 	16 アートワーク 木工教室	17	18 アートワーク 木工教室
19 	20	21	22 みのりこルーム	23 健康ストレッチ 笑いヨガ	24	25
26 	27	28 	29 予防体操	30 Soin~ソワン~ ネイルサロン	31	

・感染症拡大の状況により、イベント等が中止・延期になる場合があります。ご理解とご協力の程、よろしくお願い致します。

・イベントの記録のため、写真を撮らせていただいています。写真は、HPやインスタ、行事の展示に掲載・掲示することがあります。不都合のある方はお申し出ください。

みのりこ活動
配信中



MINORICO.MIYOSHI_TOKUSHIMA

1月イベント

●あきこさんのアートワーク

要申込

～たのしい紙版画～

●1月16日(木) 1月18日(土)

●10:30～12:00

●定員16名

持ち物 スリッパ、飲み物



●ひぐりん先生の木工きょうしつ

要申込

～なべしきを作ろう～

●1月16日(木) 1月18日(土)

●各回定員3名

①13:30～14:30

②14:30～15:30

③15:30～16:30

持ち物 スリッパ、飲み物



●気軽に教育相談 各1～2組

要申込

●1月16日(木) 1月18日(土)

●小学生・保護者 10:30～12:00

●中学生・保護者 13:30～16:00

持ち物 スリッパ、飲み物



●みのりこルーム

●1月8日(水)、1月22日(水)

●13:30～16:30

持ち物 スリッパ、飲み物

※気軽に寄っていただき、ゆっくりお過ごしください。

他の日や時間の利用希望がありましたら、ご相談ください。



■卓球デー

要申込

■1月12日(日)

■13:30～16:30

■申込〆切 1月9日(木)

持ち物 室内運動靴、タオル、飲み物
(貸出ラケットあります)



■健康ストレッチ(三野田中病院リハスタッフによる)

■1月23日(木)

■9:30～10:30

持ち物 タオル、飲み物



❀さよちゃんの笑いヨガ

■1月23日(木)

■14:30～15:00

持ち物 室内用運動靴、タオル、飲み物



■認知症予防体操(三野田中病院リハスタッフによる)

■1月29日(水)

■9:30～10:30

持ち物 室内用運動靴、タオル、飲み物

※腰痛を正しく学んで、予防体操を行います。

要申込



❀ネイルサロンSoin(ソワン)

■1月30日(木)

■14:00～16:00

持ち物 スリッパ、飲み物

要申込

