



令和3年10月 ニルスの会イベントカレンダー



日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4 ニルスファーム 9:00~11:00	5	6	7 ニルスファーム 9:00~11:00	8	9
10	11 ニルスファーム 9:00~11:00	12	13 パークゴルフ 丘珠空港緑地PG場 10:00~12:00	14 ニルスファーム 9:00~11:00	15 頭と体の運動 コグニサイズ 伏古記念会館 10:00~11:30	16
17	18 ニルスファーム 9:00~11:00	19 シニアわいわい カフェ 13:00~14:30	20	21 ニルスファーム 9:00~11:00	22 頭と体の運動 13:00~14:30	23
24/31	25 ニルスファーム 9:00~11:00	26 シニアわいわい カフェ 13:00~14:00	27 シネマサロン 午前の部10:00~12:00 午後の部13:00~15:00	28 認知症オレンジ リングカフェ 13:00~14:30	29 頭と体の運動 13:00~14:30	30

サロンメニューの紹介

頭と体の楽しい運動

15日 10:00～11:30
22日 13:00～14:30
29日 13:00～14:30



15日はコグニサイズ。会場は伏古記念会館です。
参加費：会員無料、非会員100円



シネマサロン 27日

午前の部 10:00～12:00
午後の部 13:00～15:00

定員：各回・先着10名
(コロナ対策のため、少人数で2回に分けて上映します)
参加費：100円 (お菓子代として)



認知症オレンジリングカフェ

28日 13:00～14:30

園芸療法士の堀妃登美先生が来ます。
参加費：100円



シニアわいわいカフェ

19日 13:00～14:30
「シニアの力を今こそ発揮しよう!!」
講師 ふらっと相談プラザ 長井 卷子 さん

26日 13:00～14:00
「コロナとインフルエンザの話」
講師 元町総合クリニック 石黒 昭彦 先生

参加費：会員無料、非会員100円



感染症対策について

ふらっとステーション伏古では以下の感染対策をお願い・実施しています。

- ①自宅出発時の体温測定
- ②不織布マスク着用 (布マスクは不可です)
- ③入場前の体温測定と手指消毒
- ④会場テーブル、椅子のアルコール消毒
- ⑤会場の加湿・換気



※ワクチン接種完了の確認をさせていただきます。

※発熱、咳などの症状がみられる場合は、参加を辞退していただいています。
※現在、三密を避けるため、サロンの参加人数を調整しています。事前予約制として
いますので、参加を希望する際は、下記連絡先に**予約のご連絡をお願いします。**

NPO法人ニルスの会

NPO法人ニルスの会は、「ふらっとステーション伏古」、「東雁来ニルスファーム & ニルスの家」そして新たに「ふらっとステーション東苗穂」を拠点に、地域における支え合い活動を展開しています。

ふらっとステーション伏古

〒007-0866
札幌市東区伏古6条4丁目1-18
(ふらっと相談プラザ内)

☎ 011-788-6102

平日 9:00～17:00 / 土・日・祝日 休み