

令和元年7月 月刊行事予定入力表

上砂川町

日/曜日	行	事	名	場	所	時	間	日/曜日	行	事	名	場	所	時	間
1	月	★いきいき百歳体操を楽しく安全に		下鶴生活館		10:00	～ 11:00	17	木	★足若の日(転倒予防教室)		上砂川岳温泉		10:15	～ 11:00
2	火	札幌弁護士会 無料法律相談		町民センター-中会議室		13:30	～ 15:30			定例行政相談、心配ごと困りごと相談		産業活性化センター		13:30	～ 15:30
3	水	★足若の日(転倒予防教室)		上砂川岳温泉		10:15	～ 11:00			例月出納検査					
5	金	★訪問リハビリ		希望者宅				20	土	◆キッズ体験クラブ		中央ふれあいセンター		10:00	～ 12:00
		町民センターヨガ		町民センター		10:40	～ 11:30	21	日	参議院議員通常選挙投票日		各投票所		7:00	～ 19:00
		各町自治会交流会		町民センター		17:00	～	22	月	★長谷川拓介のふらっとヘルシー体操		まちの駅ふらっと		10:00	～ 10:50
8	月	★長谷川拓介のふらっとヘルシー体操		まちの駅ふらっと		10:00	～ 10:50	24	水	肩腰らくらくボール運動		まちの駅ふらっと		10:40	～ 11:30
		★いきいき百歳体操を楽しく安全に		緑が丘集会所		13:15	～ 14:15			★いきいき百歳体操を楽しく安全に		鶴本町生活館		13:30	～ 14:30
9	火	★乳幼児相談・健診		町民センター		9:30	～ 16:00	25	木	おひさまる〜ム		認定こども園ふたば		10:00	～ 11:30
11	木	★いきいき百歳体操を楽しく安全に		中央集会所		13:00	～ 14:00			★町民センター健康相談・栄養相談・きつずとママのもしもしコーナー ♪		町民センター		13:30	～ 16:00
12	金	肩腰らくらくボール運動		まちの駅ふらっと		10:40	～ 11:30	26	金	★胃・肺・大腸・前立腺がん検診 エキノコックス・肝炎・風しん抗体検査 ♪		下鶴生活館		7:00	～
		*ケアサポーター養成講座第3回		町民センター		13:30	～ 15:30	27	土	★胃・肺・大腸・前立腺がん検診 エキノコックス・肝炎・風しん抗体検査 ♪		町民センター		7:00	～
14	日	第12回全道MTB4時間耐久レースin上砂川		上砂川岳温泉		9:00	～	30	火	★いきいき百歳体操を楽しく安全に		鶴若葉生活館		10:00	～ 11:00
15	月	♥カフェまちなか		まちの駅ふらっと		10:00	～ 12:00			札幌弁護士会 無料法律相談		町民センター-中会議室		13:30	～ 15:30
		♥認知症・介護相談		まちの駅ふらっと		10:00	～ 12:00								
16	火	★認知症老人と共に歩む会(さつき会)一般公開		町民センター		13:30	～ 15:00								
		札幌弁護士会 無料法律相談		町民センター講習講座室		13:30	～ 15:30								

今月の休日当番医 7日 細谷医院(☎52-3057)
 21日 すながわ耳鼻咽喉科(☎55-3387)
 14・15・28日 砂川市立病院(☎54-2131)