

# 令和8年度 チームオレンジ城西 年間計画

★男性の料理教室 10:00~12:30

☆講座の時間 14:00~15:00

【時間】10:00~11:30

月	日	曜日	内 容	場 所
4	27	月	茶話会・麻雀・モルックゲーム	オレンジテラス
5	9	土	☆防災のお話	城西福祉館
	25	月	茶話会・麻雀・健康体操 (㊦ランチ)	オレンジテラス
6	6	土	★男性の料理教室	城西福祉館
	22	月	茶話会・麻雀・七夕飾り作り	オレンジテラス
7	4	土	☆認知症かんたん講座	城西福祉館
	27	月	茶話会・麻雀・熱中症予防の話 (㊦ランチ)	オレンジテラス
8	1	土	★男性の料理教室	城西福祉館
	24	月	茶話会・麻雀・脳トレクイズ	オレンジテラス
9	5	土	☆認知症かんたん講座	城西福祉館
	28	月	カラオケボックスへ♪ 13:00~15:00 ※参加費1000円が別途かかります	カラオケグリーン
10	3	土	★男性の料理教室	城西福祉館
	26	月	茶話会・麻雀・おはら節、渋谷音頭	オレンジテラス
11	7	土	☆認知症かんたん講座	城西福祉館
	16	月	茶話会・麻雀・モルックゲーム (㊦ランチ)	オレンジテラス
12	5	土	★男性の料理教室	城西福祉館
	21	月	茶話会・麻雀・クリスマス、正月飾り作り	オレンジテラス
1	25	月	茶話会・麻雀・新年会 (㊦ランチ)	オレンジテラス
2	6	土	★男性の料理教室	城西福祉館
	22	月	茶話会・麻雀・みんなで歌おう	オレンジテラス
3	15	月	茶話会・麻雀・ゲーム (㊦ランチ)	オレンジテラス

❖都合により内容が変更されることもありますので、ご了承ください。

❖奇数月は、活動終了後500円の薬膳ランチがあります。(申し込みが必要)

❖偶数月は「薬膳お菓子&お茶」の回です。参加者お茶代100円いただきます。

お散歩ついでにちょっとのぞいてみませんか



# チームオレンジ城西 防災のお話



あなたはこのマークの意味が  
わかりますか？

その時がきたら役立つ知識を  
災害時の心構えや避難誘導の  
ポイントを交えてお話します

講師 堀之内 広子（県防災アドバイザー）

日時 令和8年5月9日（土）14時～15時

会場 城西福祉館

# チームオレンジ城西

## 料理初心者男性

の

# 料理教室

場所：城西福祉館 時間：10時～12時半

6/6 (土) 8/1 (土) 10/3 (土)

12/5 (土) 2/6 (土)



料理教室の  
コンセプトは  
おこらない  
いそがせない

チームオレンジの  
メンバーが  
優しく教えます  
一品でも大丈夫^^  
ぜひご参加ください

