

あったかふれあいセンター通信 7月

月	火	水	木	金
いちょうの郷	鶴松の風	新田くつろぎ家	いらずのさと	せんだん
奥四万十の郷	しらいしの里 憩	老人福祉センター	ふなと	かわうそ館
1	2	3	4	5
セラバンド かみかみ体操	セラバンド かみかみ体操	七夕飾り付け	七夕飾り付け 食事会&誕生日会	セラバンド かみかみ体操
食事会&誕生日会 七夕飾り付け	七夕飾り付け	セラバンド かみかみ体操	セラバンド かみかみ体操	
8	9	10	11	12
セラバンド かみかみ体操	セラバンド かみかみ体操 誕生日会	室内レク等		セラバンド かみかみ体操
室内レク等	DVD鑑賞	セラバンド かみかみ体操	セラバンド かみかみ体操	食事会&誕生日会
15	16	17	18	19
	セラバンド かみかみ体操		室内レク等	セラバンド かみかみ体操
	室内レク等	セラバンド かみかみ体操	セラバンド かみかみ体操	室内レク等
22	23	24	25	26
セラバンド かみかみ体操	セラバンド かみかみ体操	室内レク等	室内レク等	セラバンド かみかみ体操
室内レク等		セラバンド かみかみ体操	セラバンド かみかみ体操	室内レク等
29	30	31		
セラバンド かみかみ体操	セラバンド かみかみ体操	室内レク等		
室内レク等	室内レク等	セラバンド かみかみ体操		

こまめに水分補給を

しましょう。



問い合わせ・連絡先

あったか専用携帯電話 080-2983-7804
津野町社会福祉協議会 55-2115

担当：松岡公子・西森順子・高橋 好