

あったかふれあいセンター通信 10月

月	火	水	木	金
いちょうの郷	鶴松の風	新田くつろぎ家	いらすのさと	せんだん
奥四万十の郷	しらいし	老人福祉センター	ふなと	かわうそ館
	1	2	3	4
	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	体力測定 セラバンド かみかみ体操	
7	8	9	10	11
セラバンド かみかみ体操	体力測定 セラバンド かみかみ体操	室内レク等		体力測定 セラバンド かみかみ体操
室内レク等	DVD鑑賞	体力測定 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
14	15	16	17	18
	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
	防犯講和 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	防犯講和 室内レク等
21	22	23	24	25
体力測定 セラバンド かみかみ体操		室内レク等	室内レク等 食事会	セラバンド かみかみ体操 食事会
室内レク等		セラバンド かみかみ体操	誕生日会 セラバンド かみかみ体操	誕生日会 セラバンド かみかみ体操
28	29	30	31	
セラバンド かみかみ体操 食事会	セラバンド かみかみ体操	室内レク等	室内レク等	
誕生日会 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	

食欲の秋
よく噛んで食べてね



問い合わせ・連絡先

あったか専用携帯電話
津野町社会福祉協議会

☎080-2983-7804
☎55-2115

担当：松岡公子・西森順子・高橋 好