

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	ふれあいの家	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	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	ご長寿クイズ	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	室内レク等		セラバンド かみかみ体操
	DVD鑑賞	ドレミファ家族 歌謡ショー	セラバンド かみかみ体操	防犯講話
15	16	17	18	19
セラバンド かみかみ体操	防犯講話		さくらんぼ園来所	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	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	体力測定
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		
体力測定	セラバンド かみかみ体操 誕生日会	室内レク等		
室内レク等	室内レク等	体力測定		

食欲の秋
しっかり食べてね



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