

あったかふれあいセンター通信 12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	老人福祉センター	ふなと	かわうそ館
2	3	4	5	6
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	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	
9	10	11	12	13
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 食事会		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 誕生日会	セラバンド かみかみ体操	室内レク等
16	17	18	19	20
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 食事会	セラバンド かみかみ体操 食事会
室内レク等	室内レク等	お口の体操教室	誕生日会 セラバンド かみかみ体操	誕生日会 室内レク等
23	24	25	26	27
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	セラバンド かみかみ体操	
30	31			
		12月27日～1月5日までは お休みです		



寒くなります…
体調管理に気を付けて



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