

| 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                  | 船戸多目的集会所        | かわうそ館           |
|                 |                         |                           | 1               | 2               |
|                 |                         |                           |                 | セラバンド<br>かみかみ体操 |
|                 |                         |                           | セラバンド<br>かみかみ体操 | 食事会&誕生日会        |
| 5               | 6                       | 7                         | 8               | 9               |
| 食事会             | セラバンド<br>かみかみ体操         | 食事会&誕生日会                  | 室内レク等           | セラバンド<br>かみかみ体操 |
| 室内レク等           | DVD鑑賞                   | セラバンド<br>かみかみ体操           | 食事会&誕生日会        |                 |
| 12              | 13                      | 14                        | 15              | 16              |
| セラバンド<br>かみかみ体操 | セラバンド<br>かみかみ体操<br>誕生日会 |                           | 室内レク等           | セラバンド<br>かみかみ体操 |
| 室内レク等           | 室内レク等                   | セラバンド<br>かみかみ体操           | セラバンド<br>かみかみ体操 | 室内レク等           |
| 19              | 20                      | 21                        | 22              | 23              |
| セラバンド<br>かみかみ体操 | セラバンド<br>かみかみ体操         | しめ縄作り                     | 室内レク等           |                 |
| 図書のお話会<br>室内レク等 |                         | 図書のお話会<br>セラバンド<br>かみかみ体操 | セラバンド<br>かみかみ体操 |                 |
| 26              | 27                      | 28                        | 29              | 30              |
| セラバンド<br>かみかみ体操 |                         |                           |                 |                 |
| 室内レク等           |                         |                           |                 |                 |

12月27日～1月4日  
までお休みです！



問い合わせ・連絡先

あったか専用携帯電話  
4

津野町社会福祉協議会

☎080-2983-780

☎55-2115