

下灘老人憩の家 9月の活動予定表

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
午前		お休み	スマイルクラブ ストラップ作り	お休み	集いの時間	午前
午後			入浴		入浴	午後
6	7	8	9	10	11	12
午前	集いの時間	お休み	夏バテ予防の話	お休み	集いの時間	午前
午後	入浴		入浴		入浴	午後
13	14	15	16	17	18	19
午前	集いの時間	お休み	スマイルクラブ 簡単ブローチ作り	お休み	集いの時間	午前
午後	入浴		入浴		入浴	午後
20	21	22	23	24	25	26
午前	お休み	お休み	ミカンまるストレッチ	お休み	集いの時間	午前
午後			入浴		入浴	午後
27	28	29	30			
午前	集いの時間	お休み	新聞紙で遊ぼう			午前
午後	入浴		入浴			午後

■ 時間

水曜日午前中の活動時間は10:00～11:30です。

「入浴」は、月・水・金の13:00～15:30まで利用でき、1回200円です。利用人数によっては、時間調整をさせていただく場合があります。

スマイルクラブ

今月は、手軽に作れるストラップやブローチを作ります。

※10名まで

※参加費 200円

夏バテ予防の話

まだまだ残暑が厳しいこの時期。体調を上手に整えて秋を迎えましょう。

※10名まで

ミカンまるストレッチ

無理なく体を動かし、これからの暑さに備えましょう。

※1回 10人程度

場所：伊予市双海町串甲3670番地16

(下灘コミュニティセンター内)

お問い合わせ：987-5055