

# 下灘老人憩の家 7月の活動予定表

7月は【七夕】ですね。七夕は、中国から日本に伝わった星まつり。天の川に隔てられた彦星と織姫が、年に1度7月7日の夜にだけ会えるという伝説にちなみ誕生したそうです。ロマンチックなお話ですね。梅雨が開け、いよいよ夏本番を迎えます。皆さま熱中症にはお気をつけ下さい。こまめな水分補給をお忘れなく！！

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
午前	集いの時間	お休み	スマイルクラブ タペストリー	お休み	集いの時間	午前
午後	入浴		入浴		入浴	午後
7	8	9	10	11	12	13
午前	集いの時間	お休み	釣っこゲーム	お休み	集いの時間	午前
午後	入浴		入浴		入浴	午後
14	15	16	17	18	19	20
午前	お休み 	お休み	スマイルクラブ うちわ作り	お休み	集いの時間	午前
午後			入浴		入浴	午後
21	22	23	24	25	26	27
午前	集いの時間	お休み	レッツ! ミカンまる体操 タオル体操	お休み	集いの時間	午前
午後	入浴		入浴		入浴	午後
28	29	30	31			
午前	スマイルクラブ ステンドグラス風 飾り物	お休み	スマイルクラブ ブローチ作り			午前
午後	入浴		入浴	午後		

※都合により、内容を変更する場合があります。ご了承ください。

○ 時 間

裏面もご覧ください。

水曜日の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 までで、1回200円です。  
(利用人数により、時間調整をさせていただく場合があります。)



お問い合わせ

下灘老人憩の家 ☎ 987-5055

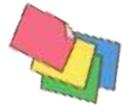
伊予市双海町串甲3670番地16 下灘コミュニティセンター内

# 7月 活動内容のご案内

## スマイルクラブ



7月 3日 (水) 「タペストリー」  
7月17日 (水) 「うちわ作り」  
7月31日 (水) 「ブローチ作り」  
両日 10:00~



指先を動かすことで脳も活性化します。  
みんなで物づくりを楽しみましょう！

- ・参加費300円
- ・申込不要

## 釣っこゲーム

7月10日 (水)  
10:00~

磁石のついた棒で、お魚を釣ろう  
！一緒に楽しく盛り上がりましょ  
う♪

参加費無料 申込不要  
お気軽にご参加ください



## レッツ！

## ミカンまる体操

## タオル体操

7月24日 (水) 10:00~

みんなで無理なく、  
体を動かしましょう！

参加費無料 申込不要  
お気軽にご参加ください



お問い合わせ

下灘老人憩の家

☎ 987-5055

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

