

下灘老人憩の家 12月の活動予定表

早いものでもう12月ですね。2024年も残り1ヵ月。
無事年末を迎えられそうなのも、皆さまのおかげです。いつもご利用下さりありがとうございます。
少し気が早いですが、皆さまが穏やかな年末を迎えられますようお祈りしております。
来年もどうぞよろしくお願い致します。

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
午前	集いの時間	お休み	スマイルクラブ 花かご	お休み	eスポーツ (ゲーム)	午前
午後	入浴		入浴		入浴	午後
8	9	10	11	12	13	14
午前	集いの時間	お休み	レッツ! ミカンまる体操 ラジオ体操	お休み	集いの時間	午前
午後	入浴		入浴		入浴	午後
15	16	17	18	19	20	21
午前	集いの時間	お休み	スマイルクラブ 椿の花	お休み	eスポーツ (ゲーム)	午前
午後	入浴		入浴		入浴	午後
22	23	24	25	26	27	28
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
29	30	31	 <p>良いお年を お迎え下さい</p>			
午前	年末休み					午前
午後			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



12月



活動内容のご案内

スマイルクラブ



12月 4日(水) 「お正月作品 その①花かご」

12月18日(水) 「お正月作品 その②椿の花」

両日 10:00~

・参加費300円

・申込不要

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!

レッツ！ミカンまる体操と

ラジオ体操又はタオル体操



12月11日(水) ラジオ体操 両日 10:00~

12月25日(水) タオル体操

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

