

新しい下灘老人憩の家がスタートします

『4月は出会いの季節です。』

4月1日から「下灘老人憩の家」はリニューアルして生まれ変わります。
これからも職員一同皆様の健康と生きがいのある生活を支援していきます。
ご近所さん、お友達お誘いのうえ、お気軽にお越しください。

4月活動予定表

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
午前			集いの時間	お休み	集いの時間	午前
午後						午後
5	6	7	8	9	10	11
午前	入浴	お休み	入浴	お休み	入浴	午前
午後	集いの時間		生きがい発見 笑顔カフェ下灘		集いの時間	午後
12	13	14	15	16	17	18
午前	入浴	お休み	入浴	お休み	入浴	午前
午後	集いの時間		レッツ！ ミカンまる体操		集いの時間	午後
19	20	21	22	23	24	25
午前	入浴	お休み	入浴	お休み	入浴	午前
午後	集いの時間		スマイルクラブ 折紙		集いの時間	午後
26	27	28	29	30		
午前	入浴	お休み	お休み	お休み		午前
午後	集いの時間					午後

■時間

午後の活動の時間は、13時30分から15時です。

「入浴」は、月・水・金の午前中に利用でき、1回200円です。

笑顔カフェ下灘

コーヒーとお茶菓子をいただきながら、交流しませんか。お気軽にご参加ください。
※1回 100円
※自由参加です！

スマイルクラブ

今月は、折紙を使った制作活動を行います。
※1回 10人程度
※自由参加です！

レッツ！ミカンまる体操

みんなでミカンまる体操を行い、体を動かしましょう。
ストレッチや筋トレもありますよ。
※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：983-6511 (じゅらく)