

下灘老人憩の家 8月の活動予定表

日	月	火	水	木	金	土
	ご利用にあたってのお願い					1
午前	新型コロナウイルス感染予防のため、来られる前に自宅で検温し、37度以上であればご利用を控えてください。また、館内はマスクを着用してください。ご協力をお願いします。					午前
午後						午後
2	3	4	5	6	7	8
午前	集いの時間	お休み	スマイルクラブ 花瓶づくり	お休み	集いの時間	午前
午後	入浴		入浴		入浴	午後
9	10	11	12	13	14	15
午前	お休み	お休み	熱中症予防と 脳トレ	お休み	集いの時間	午前
午後			入浴		入浴	午後
16	17	18	19	20	21	22
午前	集いの時間	お休み	スマイルクラブ 眼鏡ケース作り	お休み	集いの時間	午前
午後	入浴		入浴		入浴	午後
23	24	25	26	27	28	29
午前	集いの時間	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		入浴	午後
30	31					
午前	集いの時間					午前
午後	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、手軽に作れる花瓶や眼鏡ケースを作ります。

※10名まで

※参加費100円～300円

熱中症予防と脳トレ

熱中症の症状を知り、正しい予防を学びましょう。

※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

※自由参加です！

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