

下灘老人憩の家 11月の活動予定表

| 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 シャドーアート | お休み | 集いの時間 | 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 | 冬の感染予防に ついて | 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 ふくろうの壁掛け | お休み | 集いの時間 | 午前 |
| 午後 | 入浴 | | 入浴 | | 入浴 | 午後 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 午前 | お休み | お休み | レッツ! ミカンまる体操 | お休み | 集いの時間 | 午前 |
| 午後 | | | 入浴 | | 入浴 | 午後 |
| 29 | 30 | | | | | |
| 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
指先を動かして脳を活性化し、楽しく物づくりしましょう。
※10名まで
※参加費 300円

冬の感染予防について
これから冬に向けて気を付けることをアドバイスします。
※10名まで

レッツ！ミカンまる体操
無理なく体を動かし、体力維持に努めましょう。
※10名まで

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