

下灘老人憩の家 1月の活動予定表

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
午前					お休み	午前
午後						午後
3	4	5	6	7	8	9
午前	お休み	お休み	スマイルクラブ (新春飾り)	お休み	集いの時間	午前
午後			入浴		入浴	午後
10	11	12	13	14	15	16
午前	お休み	お休み	DVD鑑賞会 (綾小路きみまろ)	お休み	集いの時間	午前
午後			入浴		入浴	午後
17	18	19	20	21	22	23
午前	集いの時間	お休み	スマイルクラブ (クラフト小物入れ)	お休み	集いの時間	午前
午後	入浴		入浴		入浴	午後
24 31	25	26	27	28	29	30
午前	集いの時間	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		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

DVD鑑賞会(綾小路きみまろ)
みんなで笑って楽しい1年をスタートしましょう。
※10名まで
※自由参加です

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